

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
МІСЬКОГО ГОСПОДАРСТВА імені О. М. БЕКЕТОВА**

МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ

до виконання практичних занять
та самостійної роботи з навчальної дисципліни

«ВЛАСТИВОСТІ ЕРГОНОМІЧНИХ СИСТЕМ»

*(для студентів першого курсу денної і заочної
форм навчання освітнього рівня «бакалавр» спеціальності
275 – Транспортні технології)*

Методичні вказівки до виконання практичних занять та самостійної роботи з дисципліни «Властивості ергономічних систем» (для студентів першого курсу денної і заочної форм навчання освітнього рівня «бакалавр» спеціальності 275 – Транспортні технології)) / Харків. нац. ун-т міськ. госп-ва ім. О. М. Бекетова ; уклад.: Г. І. Фалецька, І. А. Афанасьєва. – Харків : ХНУМГ ім. О. М. Бекетова, 2017. – 78 с.

Укладачі: канд. техн. наук, доц. **Г. І. Фалецька**,
 канд. техн. наук **І. А. Афанасьєва**

Рецензент

Ю. О. Давідіч, доктор технічних наук, професор Харківського національного університету міського господарства імені О. М. Бекетова

*Рекомендовано кафедрою транспортних систем і логістики,
протокол № 1 від 31.08.2016 р.*

ЗМІСТ

ПРАКТИЧНА РОБОТА № 1	
ВИЗНАЧЕННЯ ТИПУ ТЕМПЕРАМЕНТУ.....	4
ПРАКТИЧНА РОБОТА № 2	
МЕТОДИКА ВИВЧЕННЯ СТРУКТУРИ ТЕМПЕРАМЕНТА (Я. СТРЕЛЯУ).....	12
ПРАКТИЧНА РОБОТА № 3	
ДІАГНОСТИКА ПСИХОДИНАМІЧНИХ ВЛАСТИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ.....	22
ПРАКТИЧНА РОБОТА № 4	
ВИЗНАЧЕННЯ ФОРМАЛЬНО-ДИНАМІЧНИХ ВЛАСТИВОСТЕЙ ІНДИВІДУАЛЬНОСТІ (В. М. РУСАЛОВА).....	27
ПРАКТИЧНА РОБОТА № 5	
ДІАГНОСТИКА РЕАЛЬНОЇ СТРУКТУРИ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ ОСОБИ (С. С. БУБНОВА).....	36
ПРАКТИЧНА РОБОТА № 6	
ДІАГНОСТИКА ЛІДЕРСЬКИХ ЗДІБНОСТЕЙ (Е. ЖАРІКОВ, Е. КРУШЕЛЬНИЦКІЙ).....	41
ПРАКТИЧНА РОБОТА № 7	
ДІАГНОСТИКА ПАРЦІАЛЬНИХ ПОЗИЦІЙ ІНТЕРНАЛЬНИЙ – ЕКСТЕРНАЛЬНИЙ ОСОБИСТОСТІ.....	49
ПРАКТИЧНА РОБОТА № 8	
ДИФЕРЕНЦІЙНО-ДІАГНОСТИЧНИЙ ОПРОСНИК (ДДО; Е. А. КЛІМОВ).....	57
ПРАКТИЧНА РОБОТА № 9	
ВЕРБАЛЬНИЙ ТЕСТ ІНТЕЛЕКТУ Г. АЙЗЕНКА (ТЕСТ IQ).....	63
ПРАКТИЧНА РОБОТА № 10	
ДІАГНОСТИКА ОСОБИСТІСНОЇ КРЕАТИВНОСТІ (Е. Е. ТУНІК).....	72
СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	77

ПРАКТИЧНА РОБОТА № 1

ВИЗНАЧЕННЯ ТИПУ ТЕМПЕРАМЕНТУ

Мета роботи: визначити тип темпераменту на підставі тест-опитувальника ЕРІ, створеного англійським психологом Г. Айзенком.

Загальні відомості

Темперамент з лат. *temperamentum* – належне співвідношення частин) – стійке об'єднання індивідуальних особливостей особистості, пов'язаних з динамічними, а не змістовними аспектами діяльності. Темперамент складає основу розвитку характеру. Взагалі, з фізіологічної точки зору, темперамент – тип вищої нервової діяльності людини.

Гіппократ пояснював темперамент, як особливості поведінки, переважання в організмі одного з «життєвих соків» (чотирьох елементів):

- переважання жовтої жовчі (з древньогрецької Χολή, холе – «жовч, отрута») робить людину імпульсивним, «гарячим» (елемент «вогонь») – холериком;
- переважання лімфи (з древньогрецької. Φλέγμα, флегма, «мокрота») робить людину спокійною і повільною (елемент «земля») – флегматиком.
- Перевага крові (лат. *Sanguis*, сангвіс, сангуа, «кров») робить людину рухливим і веселим (елемент «повітря») – сангвініком;
- переважання чорної жовчі (з древньогрецької Μέλαινα χολή, мелена холе, «чорна жовч») робить людину сумним і боязким (елемент «вода») – меланхоліком.

Поворотним пунктом в історії природничого вивчення темпераментів стало вчення Івана Петровича Павлова про типи нервової системи (типи вищої нервової діяльності), спільних для людини і вищих ссавців. Він довів, що фізіологічною основою темпераменту є тип вищої нервової діяльності, який визначається співвідношенням основних властивостей нервової системи: сили, урівноваженості і рухливості процесів збудження і гальмування, що протікають в нервовій системі. Тип нервової системи визначається генотипом, тобто спадковим типом. Павлов виділив 4 чітко окреслених типи нервової системи, тобто певних комплексів основних властивостей нервових процесів.

Слабкий тип характеризується слабкістю як збуджувального, так і гальмівного процесів – відповідає гіпократівському меланхоліку.

Сильний неврівноважений тип характеризується сильним дратівливим процесом і відносно сильним процесом гальмування – відповідає холерику, «нестримному» типу.

Сильний урівноважений рухливий тип – відповідає сангвініку, «живому» типу.

Сильний урівноважений, але з інертними нервовими процесами – відповідає флегматику, «спокійному» типу.

В даний час концепцію чотирьох темпераментів підкріплюють поняттями «гальмування» і «збудження» нервової системи. Співвідношення «високого» і «низького» рівнів, для кожного з цих двох незалежних параметрів, дає якусь індивідуальну характеристику людини, і, як результат – формальне визначення кожного з чотирьох темпераментів. На смайликах (див. рис. 1.1) можна інтерпретувати посмішку, як легкість процесів гальмування, а насуплені брови – як прояв легкості збудження.

Типи темпераменту

Опис особливостей різних темпераментів може допомогти розібратися в рисах темпераменту людини, якщо вони чітко виражені, але люди з різко вираженими рисами певного темпераменту не так вже й часто зустрічаються, найчастіше у людей буває змішаний темперамент в різних поєднаннях. Але переважання рис будь-якого типу темпераменту дає можливість віднести темперамент людини до того чи іншого типу.

Флегматик – неспішний, незворушний, має стійкі прагнення і настрої, зовні скупий на прояв емоцій і почуттів. Він проявляє завзятість і наполегливість у роботі, залишаючись спокійним і врівноваженим. У роботі він продуктивний, компенсуючи свою неспішність старанністю.

Холерик – швидкий, поривчастий, проте абсолютно неврівноважений, з різко мінливим настроєм з емоційними спалахами, швидко виснажується. У нього немає рівноваги нервових процесів, це його різко відрізняє від сангвініка. Холерик, захоплюючись, безладно розтрачує свої сили і швидко виснажується.

Сангвінік – живий, гарячий, рухливий, з частою зміною настрою, вражень, з швидкою реакцією на всі події, що відбуваються навколо нього, досить легко примиряється зі своїми невдачами і неприємностями. Зазвичай сангвінік має виразну міміку. Він дуже продуктивний в роботі, коли йому цікаво, якщо робота нецікава, він ставиться до неї байдуже, йому стає нудно.

Меланхолік – легко ранимий, схильний до постійного переживання різних подій, він гостро реагує на зовнішні фактори. Свої астеничні переживання він часто не може стримувати зусиллям волі, легко емоційно вразливий.

Вплив темпераменту. Від темпераменту людини залежать:

- швидкість виникнення психічних процесів (наприклад, швидкість сприйняття, швидкість мислення, тривалість зосередження уваги і т. д.);
- пластичність і стійкість психічних явищ, легкість їх зміни і перемикавання;
- темп і ритм діяльності;
- інтенсивність психічних процесів (наприклад, сила емоцій, активність волі);
- спрямованість психічної діяльності на певні об'єкти (екстраверсія або інтроверсія).

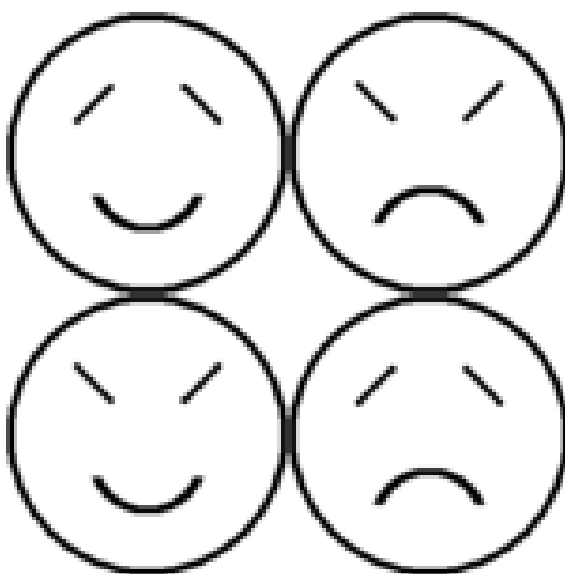


Рисунок 1.1 – Чотири типи темпераменту у вигляді смайликів
(назви зліва направо і зверху вниз: флегматик, холерик, сангвінік, меланхолік)

Вихідні Дані до тестування

Призначення тесту

Опитувальник призначений для діагностики екстраверсії, інтроверсії і нейротизму, включає також дев'ять питань, що становлять «шкалу брехні». Відповіді, що збігаються з ключем, оцінюються в один бал.

Г. Айзенк розробив два варіанти даного опитувальника (А і В), що дозволяє, наприклад, проводити повторне дослідження після тих чи інших експериментальних процедур, виключивши можливість запам'ятовування раніше даних відповідей.

Інструкція до тесту

Вам пропонується відповісти на 57 питань. Питання спрямовані на виявлення вашого звичайного способу поведінки. Намагайтеся уявити типові ситуації і дайте першу «природну» відповідь, яка прийде вам в голову. Відповідайте швидко і точно. Пам'ятайте, що немає «хороших» або «поганих» відповідей. Якщо ви згодні з твердженням, поставте поруч з його номером знак + (так), якщо незгодні знак – (ні).

Тестовий матеріал

Текст опитувальника (варіант А)

1. Чи часто ви відчуваєте потяг до нових вражень, до того, щоб відволіктися, випробувати сильні відчуття?
2. Чи часто ви відчуваєте потребу в друзях, які можуть вас зрозуміти, підбадьорити або поспівчувати?
3. Чи вважаєте ви себе безтурботною людиною?
4. Чи дуже важко вам відмовлятися від своїх намірів?
5. Обмірковуєте ви свої справи не поспішаючи і вважаєте за краще почекати, перш ніж діяти?
6. Чи завжди ви стримуєте свої обіцянки, навіть якщо це вам не вигідно?
7. Чи часто у вас бувають спади і підйоми настрою?
8. Чи швидко ви зазвичай дієте і розмовляєте, не витрачаючи багато часу на обмірковування?
9. Чи виникало у вас коли-небудь відчуття, що ви нещасливі, хоча ніякої серйозної причини для цього не було?
10. Чи правда, що «на спір» ви здатні зробити все?
11. Бентежитеся ви, коли хочете познайомитися з людиною протилежної статі, яка вам симпатична?
12. Чи буває коли-небудь, що, розсердившись, ви виходите з себе?
13. Чи часто буває, що ви дієте необдуманно, під впливом моменту?
14. Чи часто вас турбують думки про те, що вам не слід було чого-небудь робити або говорити?
15. Ви віддаєте перевагу читанню книг зустрічам з людьми?
16. Чи правда, що вас легко зачепити?
17. Чи любите ви часто бути в компанії?
18. Виникають у вас такі думки, якими вам не хотілося б ділитися з іншими людьми?

19. Чи правда, що іноді ви настільки сповнені енергією, що все горить в руках, а іноді відчуваєте сильну млявість?
20. Чи намагаєтеся ви обмежити коло своїх знайомих невеликим числом найближчих друзів?
21. Чи багато ви мрієте?
22. Коли на вас кричать, відповідаєте ви тим же?
23. Чи часто вас турбує почуття провини?
24. Чи часто у вас з'являється відчуття, що ви в чомусь винні?
25. Чи здатні ви іноді дати волю своїм почуттям і безтурботно розважитися з веселою компанією?
26. Чи можна сказати, що нерви у вас часто бувають натягнуті до межі?
27. Ви маєте славу як людини живої і веселої?
28. Після того як справу зроблено, чи часто ви подумки повертаєтеся до неї і думаєте, що могли б зробити краще?
29. Чи відчуваєте ви себе неспокійно, знаходячись у великій компанії?
30. Чи буває, що ви передаєте чутки?
31. Чи буває, що вам не спиться через те, що в голову лізуть різні думки?
32. Чому ви віддаєте перевагу, якщо хочете дізнатися що-небудь: знайти в книзі (відповідь «Так») або запитати у друзів (відповідь «Ні»)?
33. Чи бувають у вас сильні серцебиття?
34. Чи подобається вам робота, потребуюча зосередження?
35. Чи бувають у вас напади тремтіння?
36. Чи завжди ви говорите тільки правду?
37. Чи буває вам неприємно перебувати в компанії, де всі жартують один над одним?
38. Дратівливі ви?
39. Чи подобається вам робота, потребуюча швидкої дії?
40. Чи вірно, що вам часто не дають спокою думки про різні неприємності і «жахи», які могли б статися, хоча все скінчилося благополучно?
41. Чи правда, що ви неквапливі в рухах і декілька повільні?
42. Чи запізнювалися ви коли-небудь на роботу або на зустріч з ким-небудь?
43. Чи часто вам сняться кошмари?
44. Чи правда, що ви так любите поговорити, що не втрачаєте будь-якого зручного випадку поговорити з новою людиною?
45. Турбують вас які-небудь болі?
46. Засмутилися б ви, якби довго не могли бачитися зі своїми друзями?

47. Чи можете ви назвати себе нервовою людиною?
48. Чи є серед ваших знайомих такі, які вам явно не подобаються?
49. Могли б ви сказати, що ви впевнена у собі людина?
50. Чи легко вас зачіпає критика ваших недоліків чи вашої роботи?
51. Чи важко вам отримати справжнє задоволення від заходів, в яких бере участь багато народу?
52. Чи турбує вас відчуття, що ви чимось гірші за інших?
53. Зуміли б ви внести пожвавлення в нудну компанію?
54. Чи буває, що ви говорите про речі, у яких не розбираєтесь?
55. Турбуєтесь ви про своє здоров'я?
56. Чи любите ви пожартувати над іншими?
57. Чи страждаєте ви безсонням?

Обробка та інтерпретація результатів тесту

Ключ до тесту

Екстраверсія – інтроверсія:

- «так» (+): 1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 39, 44, 46, 49, 53, 56;
- «ні» (–): 5, 15, 20, 29, 32, 34, 37, 41, 51.

Нейротизм (емоційна стабільність – емоційна нестабільність):

- «так» (+): 2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57.

«Шкала брехні»:

- «так» (+): 6, 24, 36;
- «ні» (–): 12, 18, 30, 42, 48, 54.

Обробка результатів тесту

Відповіді, що збігаються з ключем, оцінюються в один бал. При аналізі результатів слід дотримуватися наступних орієнтирів.

Екстраверсія:

- більше 19 – яскравий екстраверт,
- більше 15 – екстраверт
- 12 – середнє значення,
- менше 9 – інтроверт,
- менше 5 – глибокий інтроверт.

Нейротизм:

- більше 19 – дуже високий рівень нейротизму,
- більше 14 – високий рівень нейротизму,
- 9 – 13 – середнє значення,
- менше 7 – низький рівень нейротизму.

Брехня:

- більше 4 – нещирість у відповідях, що свідчить також про деяку демонстративності поведінки і орієнтованості випробуваного на соціальне схвалення,
- менше 4 – норма.

З 57 питань 24 спрямовані на виявлення ступеня інтровертності і екстравертності людини. Терміни утворені від латинських коренів «екстра» – «поза», «інтра» – «всередину» і «верту» – «звертаю».

Екстраверти – це особистості, в силу організації своїх нервових процесів звернені назовні, які вимагають постійної стимуляції з боку зовнішнього середовища. Їм властива тяга до нових вражень, такі люди потребують компанії; для них характерна розкутість поведінки, вони товариські, безтурботні, говіркі і в той же час імпульсивні, іноді навіть агресивні. Їх почуття і емоції не завжди піддаються контролю.

Інтроверти звернені всередину. Їм не потрібна значна зовнішня стимуляція, і ця властивість формує специфіку поведінки такої людини. Вони малоговоркі, друзів у них небагато, але вони віддані їм надовго. Інтроверти уникають галасливих компаній, повільні, серйозні, планують свої дії та вчинки, досить добре контролюють емоції.

«Чистих» екстравертів та інтровертів практично не буває, але всі ми займаємо в цьому діапазоні позицію ближче до того чи іншого полюсу.

Ще 24 питання виявляють емоційну нестійкість або, навпаки, стабільність, рівноваженість.

Нарешті, в тест входять 9 питань, що дозволяють оцінити, наскільки щиро ви відповідали на нього.

Щоб дізнатися свій темперамент, відкладіть в системі координат по горизонтальній осі свої показники за шкалою «екстраверсія – інтроверсія», а по вертикальній – за шкалою «емоційна стійкість» (мінімум по кожній з цих осей 0, максимум 16, точка їх перетину – 8). Якщо ваші координати потрапили в праву верхню чверть, то ти холерик, в праву нижню – сангвінік, в ліву верхню – меланхолік, в ліву нижню – флегматик.

Якщо ж ваші результати виявилися всередині кола (координати перетину кола з осями інтроверт-екстраверт і нейротизм – 10,0; 6,0; 8,6; 8,10), це говорить про те, що ваш тип темпераменту виражений не дуже чітко, для вас в тій чи іншій мірі характерні риси всіх чотирьох типів.

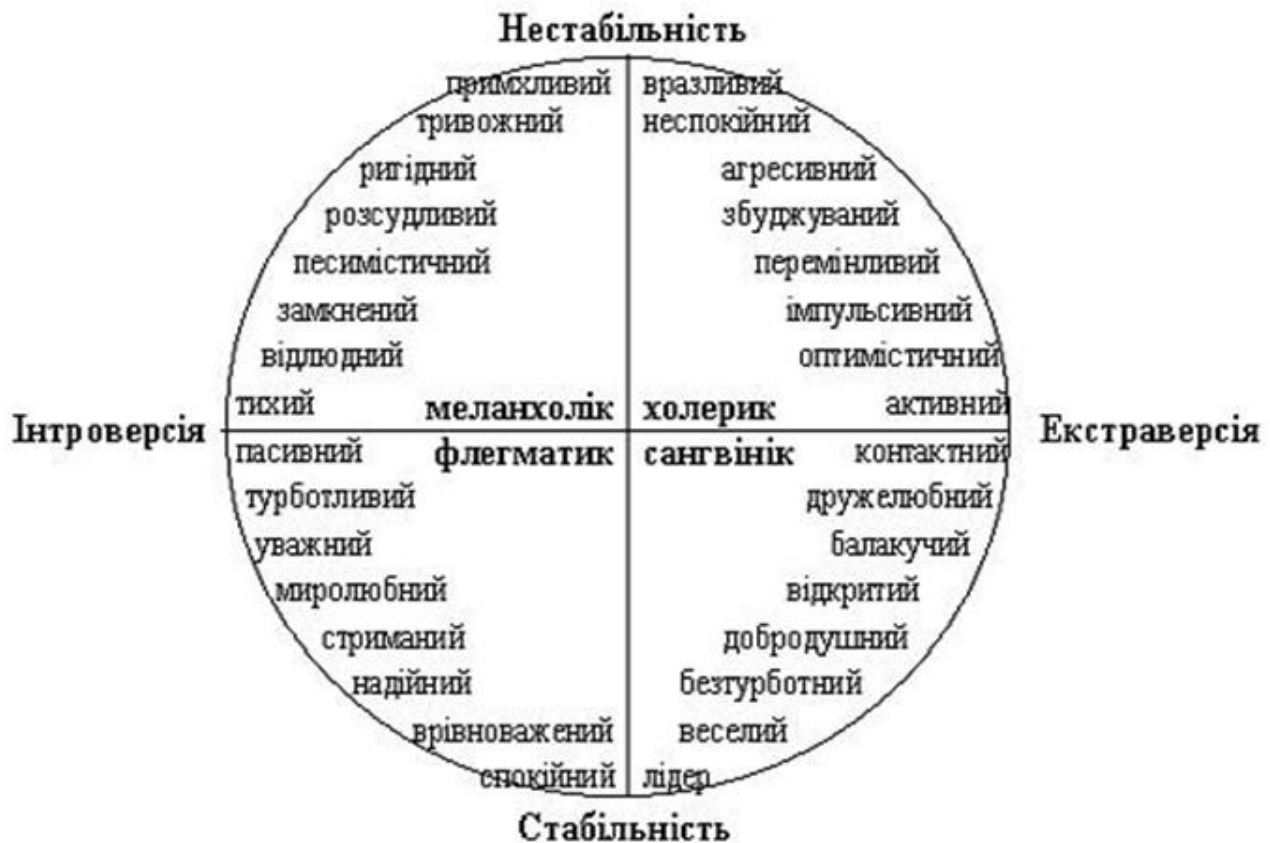


Рисунок 1.2 – Система координат, на підставі значень індивідуально-психологічного складу людини і нейротизму, що характеризує темперамент людини і її якості

Контрольні питання

1. Дайте визначення «темпераменту».
2. Гіппократ пояснював темперамент як переважання в організмі одного з «життєвих соків». Назвіть ці чотири елементів.
3. Які типи нервової системи виділив Павлов?
4. Дайте характеристику типам темпераменту: флегматик, сангвінік, меланхолік та холерик.
5. На що впливає темперамент людини?
6. Дайте визначення «екстраверсії» та «інтроверсії»?
7. Що таке нейротизм?

ПРАКТИЧНА РОБОТА № 2

МЕТОДИКА ВИВЧЕННЯ СТРУКТУРИ ТЕМПЕРАМЕНТА

Я. СТРЕЛЯУ

Мета роботи: вивчення трьох основних характеристик типу нервової діяльності: рівня сили процесів збудження, рівня сили процесів гальмування, рівня рухливості нервових процесів, а також розрахунок показника врівноваженості процесів збудження і гальмування по силі.

Загальні відомості

У нервових центрах кори людського мозку протікають в складній взаємодії два протилежні активні процеси: збудження і гальмування. Збудження одних ділянок мозку викликає гальмування інших, цим можна пояснити, чому людина, захоплена чимось, перестає сприймати навколишнє. Так, наприклад, перемикання уваги пов'язано з переходом збудження з одних ділянок мозку на інші і відповідно гальмуванням покинутих ділянок мозку.

Збудження і гальмування можуть врівноважуватися або переважати один над одним, можуть протікати з різною силою, переходити з центру в центр і змінювати один одного в одних і тих же центрах, тобто володіти певною рухливістю.

Тип нервової системи визначається саме сполучуваністю сили, урівноваженості і рухливості процесів збудження і гальмування, які можна тестувати за допомогою тесту-опитувальника Я. Стреляу. Можна виділити чотири яскраво виражених типу нервової системи, їх співвідношення і зв'язок з темпераментом (табл. 2.1).

Таблиця 2.1 – Типи нервової системи

Особливості нервових процесів	Тип нервової системи	Слабкий	Сильні		
			інертний	живий	нестримний
	Сила Урівнова- женість Рухливість	Слабкий Неврівно- важений Рухливий або інертний	Сильний Урівнова- жений Інертний	Сильний Урівнова- жений Рухливий	Сильний Урівнова- жений Рухливий
	Темперамент	Меланхолік	Флегматик	Сангвінік	Холерик
	Реакції	Повільні Сильні	Повільні Сильні	Швидкі Помірні	Швидкі Надмірні

Меланхолійний темперамент, як видно з таблиці, визначається слабкістю процесів збудження і гальмування, при цьому їх рухливість або інертність нехарактерні. Навіть при невеликому перенапруженні, наприклад, у випадку вирішення важкого завдання або життєвій ситуації у меланхоліка настає зрив.

У меланхоліка слабкий тип нервової системи і, отже, нестійкий перед обставинами, які вимагають подолання або сильного збудження нервової системи. Решта три типи нервової системи вважаються сильними.

Флегматичним темпераментом, називається такий тип темпераменту, який, будучи сильним типом, все-таки відрізняється малою рухливістю нервових процесів. Якось виникнувши в певних центрах, вони відрізняються сталістю і силою. Інертна нервова система відповідає цьому типу.

Сангвінічний темперамент – інший сильний тип темпераменту – характерний тим, що процеси збудження і гальмування у нього достатньо сильні, врівноважені і легко рухливі.

Холеричний темперамент – третій сильний тип темпераменту – невірноважений, нестримний, у нього переважають процеси збудження над слабким гальмуванням. Цей тип нервової системи швидко виснажується і схильний до зривів.

Поняття темперамент і тип нервової системи можна ототожнювати. Темперамент – це поняття психологічне, а тип нервової системи – фізіологічне.

Вихідні дані до тестування

Запропоновані питання відносяться до різних властивостей темпераменту. Відповіді на ці питання не можуть бути добрими чи поганими, оскільки кожен темперамент має свої достоїнства та недоліки. Відповідати на запитання слід в тій послідовності, в якій вони розташовані. На кожне питання слід дати одну із трьох відповідей: «так», «ні», або «не знаю». Відповідь «не знаю» слід давати тоді, коли важко зупинитися на «так» або «ні».

Текст опитувальника

1. Чи легко Ви сходитеся з людьми?
2. Чи здатні Ви утриматися від тієї або іншої дії до тих пір, поки не отримаєте відповідного розпорядження?
3. Чи достатньо Вам нетривалого відпочинку для відновлення сил після стомлюючої роботи?
4. Чи вмієте Ви працювати в несприятливих умовах?
5. Утримуєтеся Ви під час спору від неділових, емоційних аргументів?

6. Чи легко Вам втягнутися в роботу після тривалої перерви, наприклад, після відпустки або канікул?
7. Забуваєте Чи про втому, якщо робота Вас повністю «поглинає»?
8. Чи здатні Ви, доручивши кому-небудь певну роботу, терпеливо чекати її закінчення?
9. Засинаєте Ви однаково легко, лягаючи спати в різний час дня?
10. Чи вмієте Ви зберігати таємницю, якщо Вас про це просять?
11. Чи легко Ви повертаєтеся до роботи, якої не займалися декілька тижнів або місяців?
12. Чи вмієте Ви терпляче пояснювати?
13. Чи любите Ви роботу, що вимагає розумової напруги?
14. Чи викликає у Вас монотонна робота нудьгу або сонливість?
15. Чи легко Ви засинаєте після сильних переживань?
16. Чи здатні Ви, коли потрібно, утриматися від прояву своєї переваги?
17. Чи важко Вам стримувати злість або роздратування?
18. Чи ведете Ви себе природно в присутності незнайомих людей?
19. Чи в змозі Ви володіти собою у важкі хвилини?
20. Чи вмієте Ви, коли потрібно, пристосувати свою поведінку до поведінки оточуючих?
21. Чи охоче Ви беретеся за відповідальну роботу?
22. Чи впливає зазвичай оточення на Ваш настрій?
23. Чи здатні Ви стійко переносити поразки?
24. Розмовляєте Ви в присутності когось, чию думку особливо цініте, настільки ж вільно, як зазвичай?
25. Чи викликають у Вас роздратування несподівані зміни в Вашому розпорядку дня?
26. Чи є у Вас на все готові відповіді?
27. Чи в змозі Ви вести себе спокійно, коли чекаєте важливого для себе рішення (наприклад, результат іспиту, поїздка за кордон)?
28. Чи легко Ви організуєте перші дні своєї відпустки, канікул і т. д.?
29. Чи володієте Ви так званою «швидкою реакцією»?
30. Чи легко Ви пристосовуєте свою ходу або манеру їсти до ходи або манери їсти людей більш повільних?
31. Чи швидко Ви засинаєте?
32. Чи охоче Ви виступаєте на зборах, семінарах?
33. Чи легко Вам зіпсувати настрій?
34. Чи важко Вам відірватися від роботи?

35. Чи вмієте Ви утриматися від роботи, якщо це заважає іншим?
36. Чи легко Вас спровокувати на що-небудь?
37. Чи легко Ви спрацьовуєтесь з людьми?
38. Чи завжди Ви, коли Вам доводиться що-небудь важливе, обмірковуєте свої вчинки?
39. Чи в змозі Ви, читаючи текст, простежити з початку до кінця хід думок автора?
40. Чи легко Ви вступаєте в розмову з попутниками?
41. Утримуєтесь Ви від непотрібного спору з людиною, яка не права?
42. Чи охоче Ви беретеся за роботу, що вимагає великої спритності рук?
43. Чи в змозі Ви змінити вже прийняте рішення, враховуючи думку інших?
44. Чи швидко ви звикаєте до нової системи роботи?
45. Чи можете Ви працювати вночі, якщо працювали вдень?
46. Чи швидко Ви читаєте белетристику?
47. Чи часто Ви відмовляєтесь від своїх намірів, якщо виникають перешкоди?
48. Чи вмієте Ви тримати себе в руках, якщо цього вимагають обставини?
49. Чи прокидаєтесь Ви зазвичай швидко і легко?
50. Чи в змозі Ви утриматися від моментальної реакції?
51. Чи важко Вам працювати при шумі?
52. Чи вмієте Ви, коли необхідно, утриматися від того, щоб «різати правду-матку»?
53. Чи успішно Ви справляєтесь з хвилюванням перед іспитом, зустріччю з начальником?
54. Чи швидко Ви звикаєте до нового середовища?
55. Чи любите Ви часті зміни?
56. Відновлює Вам сили нічний відпочинок, після того як Ви важко працювали весь день?
57. Чи уникаєте Ви занять, що вимагають виконання в нетривалий термін різнорідних дій?
58. Самостійно Ви зазвичай боретесь з труднощами?
59. Чи перебиваєте Ви співрозмовників?
60. Вміючи плавати, стрибнули б Ви у воду, щоб врятувати потопуючого?
61. Чи в змозі Ви напружено працювати (займатися)?
62. Чи можете Ви утриматися від недоречних зауважень?
63. Чи має для Вас значення постійне місце на роботі, за столом, на лекції тощо?
64. Чи легко Ви переходите від одного заняття до іншого?
65. Зважуєте Ви всі «за» і «проти» перед тим, як прийняти важливе рішення?
66. Чи легко Ви долаєте перешкоди?

67. Чи не заглядаєте Ви в чужі листи, речі?
68. Нудно Вам під час однотипних дій , занять?
69. Чи дотримуетесь Ви правила поведінки в громадських місцях?
70. Утримуйтеся Ви під час розмови, виступу або відповіді на запитання від зайвих рухів і жестикуляцій?
71. Чи любите Ви жваву обстановку?
72. Чи любите Ви діяльність, що вимагає певних зусиль?
73. Чи в змозі Ви тривалий час зосереджувати увагу на виконанні певного завдання?
74. Чи любите Ви заняття (роботу), що вимагає швидких рухів?
75. Чи вмієте Ви володіти собою у важких життєвих ситуаціях?
76. Встаєте Ви, якщо потрібно, відразу після того, як прокинулися?
77. Чи здатні Ви, якщо потрібно, закінчивши доручену Вам роботу, терпляче чекати, поки не закінчать свою роботу інші?
78. Чи в змозі Ви, після того як побачите що-небудь неприємне, діяти настільки ж чітко, як зазвичай?
79. Чи швидко Ви переглядаєте щоденні газети?
80. Чи трапляється Вам говорити так швидко, що Вас важко зрозуміти?
81. Чи можете Ви, не виспавшись, нормально працювати?
82. Чи в змозі Ви працювати тривалий час без перерви?
83. Чи в змозі Ви працювати, якщо у Вас болить голова, зуб і т.д.?
84. Чи в змозі Ви, якщо це необхідно, спокійно кінчити роботу, знаючи, що Ваші товариші розважаються або чекають Вас?
85. Чи відповідаєте Ви, як правило, швидко на несподівані питання?
86. Чи говорите Ви зазвичай швидко?
87. Чи можете Ви спокійно працювати, якщо чекаєте гостей?
88. Чи легко Ви міняєте свою думку під впливом переконливих аргументів?
89. Терплячі Ви?
90. Чи вмієте Ви пристосуватися до ритму роботи більш повільної людини?
91. Чи вмієте Ви так спланувати роботу, щоб одночасно виконувати кілька спільних дій?
92. Чи може весела компанія змінити Ваше пригнічений настрій?
93. Чи вмієте Ви без особливих зусиль виконувати декілька дій одночасно?
94. Чи зберігаєте Ви психічну рівновагу, коли є свідком нещасного випадку на вулиці?
95. Чи любите Ви роботу, що вимагає безлічі різноманітних маніпуляцій?
96. Чи зберігаєте Ви спокій, коли страждає хто-небудь з близьких Вам людей?

97. Самостійні Ви у важких життєвих ситуаціях?
98. Вільно чи Ви відчуваєте себе у великій чи незнайомій компанії?
99. Чи можете Ви відразу ж перервати розмову, якщо це потрібно?
100. Чи легко Ви пристосовуєтеся до методів роботи інших?
101. Чи любите Ви часто змінювати рід роботи?
102. Чи схильні Ви брати ініціативу в свої руки, якщо трапляється щось надзвичайне?
103. Утримуєтеся Ви від недоречних посмішок?
104. Починаєте Ви відразу працювати інтенсивно?
105. Чи вирішите Ви виступити проти громадської думки, якщо Вам здається, що Ви маєте рацію?
106. Чи в змозі Ви подолати тимчасову депресію?
107. Засинаєте Ви тяжко, сильно втомившись від розумової праці?
108. Чи в змозі Ви спокійно чекати, наприклад, у черзі?
109. Утримуєтеся Ви від втручання, якщо заздалегідь відомо, що воно ні до чого не приведе?
110. Чи в змозі Ви спокійно аргументувати під час різкої розмови?
111. Чи в змозі Ви миттєво реагувати у складних положеннях?
112. Ведете Ви себе тихо, якщо Вас про це просять?
113. Погоджуєтеся Ви без особливих внутрішніх коливань на безболісні лікарські процедури?
114. Чи вмієте Ви інтенсивно працювати?
115. Чи охоче Ви змінюєте місця розваг і відпочинку?
116. Чи важко Вам звикнути до нового розпорядку дня?
117. Поспішайте Ви на допомогу в нещасних випадках?
118. Утримуєтеся Ви від небажаних вигуків і жестів на спортивних матчах, в цирку і т.д.?
119. Чи любите Ви роботу (заняття), яка потребує частих розмов з різними людьми?
120. Володієте Ви своєю мімікою?
121. Чи любите Ви роботу, що вимагає частих енергійних рухів?
122. Чи вважаєте Ви себе сміливим?
123. Переривається у Вас голос (Вам важко говорити) в незвичайній ситуації?
124. Чи вмієте Ви долати зневіру, викликану невдачею?
125. Якщо Вас про це просять, в змозі Ви тривалий час стояти (сидіти) спокійно?

126. Чи в змозі Ви придушити свої веселощі, якщо це може когось зачепити?

127. Чи легко Ви переходите від печалі до радості?

128. Чи легко Вас вивести з себе?

129. Дотримуетесь Ви без тяжкої праці у вашому середовищі правила поведінки?

130. Любите Ви виступати публічно?

131. Приступаєте Ви зазвичай до роботи швидко, без тривалої підготовки?

132. Чи готові Ви прийти на допомогу іншому, ризикуючи життям?

133. Енергійні Ви в рухах?

134. Чи охоче Ви виконуєте відповідальну роботу?

Обробка результатів тесту

Кожен пункт відноситься до однієї з трьох шкал: 45 – до першої шкали, 44 – до другої, 45 – до третьої.

За відповідь «Так» нараховується 2 бали, за відповідь «Не знаю» – 1 бал, за відповідь «Ні» – 0 балів. Більшість питань по кожній шкалі є прямими – на користь високого бала за шкалою говорить відповідь «так». Але є також і «зворотні» пункти – в цьому випадку в ключі перед номером шкали стоїть знак «–», в цьому випадку 2 бали нараховується за відповідь «Ні».

Таблиця 2.2 – Відповідність питань до шкал тесту

№ питання	№ шкали	№ питання	№ шкали	№ питання	№ шкали	№ питання	№ шкали
1	3	36	2	71	3	106	1
2	2	37	2	72	1	107	1
3	1	38	2	73	1	108	2
4	1	39	1	74	3	109	2
5	2	40	3	75	2	110	2
6	3	41	2	76	3	111	3
7	1	42	3	77	2	112	2
8	2	43	3	78	1	113	1
9	3	44	3	79	3	114	1
10	2	45	1	80	3	115	3
11	1	46	3	81	1	116	3
12	2	47	1	82	1	117	1
13	1	48	1	83	1	118	2
14	3	49	3	84	2	119	3
15	1	50	2	85	3	120	2
16	2	51	1	86	3	121	1
17	2	52	2	87	2	122	1

Продовження таблиці 2.2

18	1	53	2	88	3	123	1
19	1	54	3	89	2	124	1
20		55	3	90	2	125	2
21	1	56	1	91	3	126	2
22	3	57	3	92	3	127	3
23	1	58	1	93	3	128	2
24	1	59	2	94	1	129	2
25	3	60	1	95	3	130	1
26	3	61	1	96	2	131	3
27	2	62	2	97	1	132	1
28	3	63	3	98	1	133	1
29	3	64	3	99	2	134	1
30	2	65	2	100	3		
31	3	66	1	101	3		
32	1	67	2	102	1		
33	3	68	3	103	2		
34	2	69	2	104	3		
35	2	70	2	105	1		

«Сирий» бал за кожною шкалою порівнюється з діагностичними статистичними границями:

$$(M + / - S) \quad (2.1)$$

де M – середнє нормативної вибірки;

S – стандартне відхилення.

Таблиця 2.3 – Значення середніх (M) і стандартних відхилень (S):

Шкала	M	S
Шкала 1	37	12
Шкала 2	32	11
Шкала 3	36	12

Інтерпретація результатів тесту

- Рівень процесів збудження – норма від 25 до 49, 62 – вище середнього
- Рівень процесів гальмування – норма від 21 до 43, 61 – вище середнього
- Рухливість нервових процесів – норма від 24 до 48, 58 – вище середнього

Шкала 1:

- високий бал (вище межі «середнє плюс стандартне відхилення») відображає силу процесу порушення;

- низький бал (нижче межі «середнє мінус стандартне відхилення») вказує на слабкість процесу збудження.

Шкала 2:

- високий бал відображає силу процесу гальмування;
- низький бал – слабкість процесу гальмування.

Шкала 3:

- високий бал відображає рухливість нервових процесів;
- низький бал – інертність нервових процесів.

Рівень процесів збудження

Високі бали – сильна відповідна реакція на збудження, стимул; не виявляються ознаки позамежного гальмування, пряма кореляція з високими показниками по теппінг-тесту: швидко включаємість в роботу, вработиваємості і досягнення високої продуктивності; низька стомлюваність; висока працездатність і витривалість.

Низькі бали – слабка і запізнїла реакція на збудження, швидко досягається позамежне гальмування, аж до ступору, відмови в роботі; низькі показники по теппінг-тесту; повільні: включаємість в роботу, вработиваємості і невисока продуктивність праці; висока стомлюваність; низька працездатність і витривалість.

Рівень процесів гальмування

Високі бали – сильні нервові процеси з боку гальмування; збудження, стимули легко гасяться; швидке реагування відповідних діям на прості сенсорні сигнали, хороша реакція; високий самоконтроль, зібраність, пильність, холонокровність в поведінкових реакціях.

Низькі бали – слабкість процесів гальмування, імпульсивність у відповідних діях на стимул, слабкий самоконтроль в поведінкових реакціях, визначена розгальмування, розхлябаність, невимогливість і поблажливість до себе; повільне або запізнїле, реагування відповідними діями на прості сигнали; погана реакція, нерівне реагування, неадекватні реакції, схильність до істерії.

Рівень рухливості нервових процесів

Високі бали – легкість перемикаання нервових процесів від збудження до гальмування і навпаки; швидкий перехід від одних видів діяльності до інших; швидка переключення, рішучість, сміливість у поведінкових реакціях.

Низькі бали – характерні для людей, схильних працювати по стереотипу, які не люблять швидких і несподіваних змін у діяльності, інертних, що виявляють, як правило, низьку здатність перемикатися на нові види робіт і успішно освоювати нову професію; не придатні для роботи в швидкоплинних умовах.

Розрахунок додаткового показника: врівноваженість по силі.

Врівноваженість по силі A дорівнює відношенню сили по збудженню F_d до сили по гальмуванню F_t :

$$A = F_d / F_t. \quad (2.2)$$

Чим ближче до одиниці значення дробу F_d / F_t тим вищою є врівноваженість.

З досвіду відомо, що урівноваженою людиною є той, для якого значення дробу не виходить за межі інтервалу 0,85 – 1,15.

Якщо значення дробу виходить за межі інтервалу, то можна стверджувати, що даний індивідум відрізняється невірноваженістю своєї психологічної активності.

Причому якщо значення дробу менше 0,85 – це означає невірноваженість в бік збудження, тобто процеси збудження не врівноважують собою процеси гальмування; якщо значення більше 1,15 – це означає невірноваженість в бік гальмування, тобто процеси гальмування не врівноважують собою процеси збудження.

Контрольні питання

1. Які два протилежні активні процеси протікають в нервових центрах кори людського мозку? Дайте їх визначення.
2. Дайте визначення меланхолічному, флегматичному, сангвінічному та холеричному темпераменту.
3. Який тип темпераменту є слабким?
4. Охарактеризуйте рівень процесів збудження при високих та низьких балах.
5. Охарактеризуйте рівень процесів гальмування при високих та низьких балах.
6. Охарактеризуйте рівень рухливості нервових процесів при високих та низьких балах.
7. Як розраховується показник врівноваженості по силі A ?

ПРАКТИЧНА РОБОТА № 3

ДІАГНОСТИКА ПСИХОДИНАМІЧНИХ ВЛАСТИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ

Мета роботи: визначення базових психодинамічних особистісних властивостей, що обумовлюють специфіку діяльнісного особистісно-групового стилю.

Загальні відомості

Основні шкали даної практичної роботи – екстраверсія, ригідність, емоційна збудливість, темп реакцій, активність.

1. Інтроверсія – Екстраверсія.

Інтроверсія:Зверненість у внутрішній світ. Велика опора на власні погляди і твердження, ніж на думки інших людей. Схильність до самоаналізу. Стриманість і віддаленість від усіх, крім близьких людей. Раціоналістичність. Тенденція заздалегідь обдумувати і планувати свої дії.

Екстраверсія:Підвищена товариськість, відкритість, широке коло знайомств, природність і невимушеність у поведінці. Потреба в контактах з людьми, з якими можна поговорити і приємно провести час. Інтерес до подій зовнішнього світу, до нових і різноманітних вражень. Імпульсивність, схильність діяти під впливом моменту.

2. Пластичність – Ригідність.

Пластичність:Гнучкість мислення і лінії поведінки, здатність до легкої зміни наміченої програми діяльності в умовах, об'єктивно потребуючих її перебудови. Готовність у будь-який момент змінити особисту точку зору. Відсутність прихильності до жорсткої схеми.

Ригідність:Утрудненість у зміні наміченої програми діяльності в умовах, об'єктивно потребуючих її перебудови. Тенденція до збереження своїх установок, стереотипів, способів мислення, нездатність змінити особисту точку зору. Схильність до постійності поглядів та інтересів. Прихильність певній ідеї, труднощі перемикавання при раптово мінливій ситуації.

3. Емоційна врівноваженість – емоційна збудливість.

Емоційна врівноваженість:Емоційна стабільність і врівноваженість. Схильність до зваженого і спокійного вирішення виникаючих проблем і труднощів. Організованість і ціле направлена поведінка, мала схильність різним збиваючим факторам.

Емоційна збудливість: Емоційна нестійкість, тривожність, заклопотаність, схильність до неспокою і дратівливості. Нерівність в контактах з людьми, мінливість інтересів. Підвищена чутливість, вразливість, гостра емоційна реакція на стрес.

4. Повільний темп реакцій – Швидкий темп реакцій.

Повільний темп реакцій: Низькі швидкісні характеристики динаміки психічних процесів (повільність мови, ходи, жестикуляції, почерку).

Швидкий темп реакцій: Високі швидкісні характеристики динаміки психічних процесів (швидкість мови, ходи, жестикуляції, почерку).

5. Низька активність – Висока активність.

Висока активність: Високий рівень спонукань і спонтанної активності. Прагнення до діяльності. Велика кількість і легкість виникнення різних планів та ідей.

Низька активність: Пасивність позиції, слабкість спонукань до якої-небудь діяльності, можливо, деяка апатичність, тенденція покладатися на волю випадку або дії інших людей.

Вихідні дані до тестування

Постарайтеся уявити типові ситуації і дайте першу природну відповідь, який прийде в голову.

1. Ви любите часто бувати в компанії?
2. Ви уникаєте купувати речі, які ненадійні, неміцні, хоча й гарні?
3. Чи часто у вас бувають підйоми і спади настрою?
4. Під час бесіди ви дуже швидко говорите?
5. Вам подобається робота, що вимагає повної напруги сил і здібностей?
6. Чи буває, що ви передаєте чутки?
7. Чи вважаєте ви себе людиною дуже веселою і життєрадісною?
8. Ви дуже звикаєте до певного одягу, його кольору й крою, так що неохоче міняєте його на що-небудь інше?
9. Чи часто ви відчуваєте, що потребуєте в людях, які вас розуміють, можуть підбадьорити або втішити?
10. Ви пишете дуже швидко?
11. Чи шукаєте ви самі собі роботу, заняття, хоча можна було б і відпочити?
12. Чи буває так, що ви не виконуєте своїх обіцянок?
13. У вас дуже багато хороших друзів?

14. Чи важко вам відірватися від справи, якою ви поглинені, і переключитися на інше?

15. Чи часто вас терзає відчуття провини?

16. Зазвичай ви ходите дуже швидко, незалежно від того, поспішайте чи ні?

17. У школі ви билися над важкими завданнями до тих пір, поки не вирішували їх?

18. Чи буває, що іноді ви мислите гірше, ніж зазвичай?

19. Вам легко знайти спільну мову з незнайомими людьми?

20. Чи часто ви плануєте, як будете себе вести при зустрічі, бесіди і т. д.?

21. Ви запальні і легко ранимі, вас зачіпають будь-які натяки і жарти над вами?

22. Під час бесіди ви зазвичай швидко жестикулюєте?

23. Найчастіше ви прокидаєтеся вранці свіжим і добре відпочивши?

24. Чи бувають у вас такі думки, що ви не хотіли б, щоб про них знали інші?

25. Ви любите жартувати над іншими?

26. Чи схильні ви до того, щоб ґрунтовно перевірити свої думки, перш ніж повідомити їх кому-небудь?

27. Чи часто вам сняться кошмари?

28. Зазвичай ви легко запам'ятовуєте і засвоюєте новий навчальний матеріал?

29. Ви настільки активні, що вам важко навіть кілька годин бути без діла?

30. Чи бувало, що, розсердившись, ви виходили з себе?

31. Вам неважко внести пожвавлення в досить нудну компанію?

32. Ви зазвичай досить довго роздумуєте, приймаючи якесь навіть не дуже важливе рішення?

33. Вам говорили, що ви приймаєте все занадто близько до серця?

34. Вам подобається грати в ігри, що вимагають швидкості і хорошої реакції?

35. Якщо у вас щось довго не виходить, то зазвичай ви все ж намагаєтеся зробити це?

36. Чи виникало у вас хоча б короткочасне почуття роздратування стосовно до ваших батьків?

37. Чи вважаєте ви себе відкритим і товариською людиною?

38. Зазвичай вам важко взятися за нову справу?

39. Чи турбує вас відчуття, що ви чимось гірші за інших?

40. Зазвичай вам важко щось робити з повільними і неквапливими людьми?

41. Протягом дня ви можете довго і продуктивно займатися чим-небудь, не відчувачи втоми?

42. У вас є звички, від яких варто було б позбутися?

43. Вас приймають іноді за людину безтурботну?

44. Чи вважаєте ви хорошим другом того, чия симпатія до вас надійна і перевірена?

45. Вас можна швидко розсердити?

46. Під час дискусії зазвичай ви швидко знаходите підходящу відповідь?

47. Ви можете змусити себе довго і продуктивно, не відволікаючись, займатися чим-небудь?

48. Буває, що ви говорите про речі, у яких не розбираєтеся?

Таблиця 3.1 – Обробка результатів тесту

№	Властивості темпераменту	Відповіді «Так»	Бали	Відповіді «Ні»	Бали
1	Екстраверсія	1, 7, 13, 19, 25, 31, 37, 4, 43	3	2	1
2	Ригідність	8, 26, 31	3	37	2
		2, 14, 20, 38, 44	2	19, 46	1
3	Емоційна збудливість	15, 21, 33, 39, 45	3		
		3, 9	2		
		27	1		
4	Темп реакцій	4, 16, 28	3		
		10, 22, 34, 40, 46	2		
		17, 29, 37	1		
5	Активність	5, 11, 17, 23, 29, 35, 41, 47	3	38	1
		10	1		
6	Щирість	30, 36, 42, 48	3	23	1
		6, 12	2		
		17, 24, 25	1		

Перевірка результатів тестування починається з визначення достовірності відповідей випробуваного за показником щирості. Для цієї мети за даним показником підраховуються числа співпадаючих відповідей «так» на поставлені питання (підрахунок здійснюється за показником щирості в ключі до опитувальника). Отримані числа множаться на відповідні коефіцієнти (3, 2 або 1 бал). Те ж саме роблять з відповіддю «ні» (у нашому випадку, якщо відповідь випробуваного на питання 23 збігається з відповіддю «ні», то йому приписується 1 бал). Після цього підраховується загальна сума балів за відповіді «так» і «ні».

Якщо загальна сума складе 13-20 балів, то це означає, що відповіді цілком достовірні. При 8-12 балах відповіді вважаються сумнівними, при 0-7 балах –

недостовірними. Аналогічно описаному вище проводиться підрахунок загальних сум балів за іншими показниками (властивостями темпераменту). Потім, керуючись наведеною нижче таблицею, визначають ступінь враженості кожного з психодинамічних властивостей.

Таблиця 3.2 – Середні оцінки і зони вираженості властивостей темпераменту

Екстраверсія	Ригідність	Емоційна збудливість	Темп реакції	Активність
22–26 (дуже висока)	16–20 (дуже висока)	18–20 (дуже висока)	20–22 (дуже швидкий)	24–26 (дуже висока)
17–21 (висока)	12–15 (висока)	14–17 (висока)	14–19 (швидкий)	17–23 (висока)
21–16 (середня)	7–11 (середня)	8–13 (середня)	9–13 (середній)	14–20 (середня)
7–11 (висока інтроверсія)	3–6 (висока пластичність)	4–7 (висока емоційна урівноваженість)	5–8 (повільний)	9–13 (низька)
0–6 (дуже висока інтроверсія)	0–2 (дуже висока пластичність)	0–3 (дуже висока емоційна урівноваженість)	0–4 (дуже повільний)	0–8 (дуже низька)

Контрольні питання

1. Дайте визначення поняттям «екстраверсія-інтроверсія»
2. Дайте визначення поняттям «пластичність-ригідність»
3. Чим характеризується швидкий темп реакцій?
4. Про що свідчить високий показник емоційної збудливості?
5. Про що свідчить низький показник активності?
6. Отримані Вами результати тесту відповідають дійсності?

ПРАКТИЧНА РОБОТА №4

ВИЗНАЧЕННЯ ФОРМАЛЬНО-ДИНАМІЧНИХ ВЛАСТИВОСТЕЙ ІНДИВІДУАЛЬНОСТІ (В. М. РУСАЛОВА)

Мета роботи: визначення властивостей «предметно-діяльного» (психомоторна і інтелектуальна сфери) і «комунікативного» аспектів темпераменту.

Загальні відомості

В. М. Русалов виділяє чотири базальних властивості нервової системи:

- Ергічність – витривалість людини, як в розумовому, так і у фізичному плані;
- Пластичність – здатність психіки легко пристосовуватися до мінливих, нових умов (в поведінці, в пізнавальних процесах). Протилежність – ригідність.
- Швидкість – темп реакцій і поведінки, в якому протікають психічні процеси;
- Емоційність – вразливість, імпульсивність, чуйність до емоційних впливів і можливої невідповідності здійснюваної дії із запланованим зразком.

У даній роботі будуть виміряні наступні параметри:

Ергічність психомоторна – психомоторна діяльність, прагнення до фізичної напруги, м'язова працездатність.

Ергічність інтелектуальна – рівень інтелектуальних можливостей, розумове напруження, залученість у розумові процеси.

Ергічність комунікативна – потреба в спілкуванні, коло контактів, встановлення нових соціальних зв'язків.

Пластичність психомоторна – переключення з одних форм рухової активності на інші, прагнення до різних форм активності.

Пластичність інтелектуальна – гнучкість мислення, перехід з однієї форми інтелектуальної діяльності на ін.

Пластичність комунікативна – готовність до вступу в нові соціальні контакти, імпульсивність у спілкуванні.

Швидкість психомоторна – швидкість виконання рухових операцій.

Швидкість інтелектуальна – швидкість розумових процесів і здійснення інтелектуальної діяльності.

Швидкість комунікативна – мовна активність, вербалізація.

Емоційність психомоторна – відчуття спокою, впевненість у собі, чуттєвість до невдач.

Емоційність інтелектуальна – емоційність переживань, впевненість у собі в процесі соціальної взаємодії.

Емоційність комунікативна – чутливість до невдач у спілкуванні, впевненість, дратівливість в ситуації спілкування.

Вихідні дані до тестування

Вам пропонується відповісти на 26 запитань, спрямованих на з'ясування Вашого звичайного способу поведінки. Намагайтеся уявити найтипівші ситуації і дайте першу природну відповідь, який прийде Вам на думку:

- 1 – не характерно,
- 2 – мало характерно,
- 3 – досить характерно,
- 4 – характерно.

1. Я охоче виконую фізичну роботу.
2. Я із задоволенням виконую розумову роботу.
3. Мені подобається бути у великих компаніях.
4. Мені подобається майструвати речі своїми руками (займатися рукоділлям).
5. Мне було б легко готуватися до декількох іспитів одночасно.
6. Мені легко зав'язувати знайомства першим.
7. Я люблю брати участь у спортивних іграх, що вимагають швидких рухів.
8. Я швидко вирішую арифметичні завдання.
9. Мне важко говорити швидко.
10. Займаючись ремеслом (рукоділлям), я нервую, коли робота не ладиться.
11. Я сильно хвилююся перед іспитом.
12. Я відчуваю почуття образи, коли оточуючі мене люди обходяться зі мною гірше, ніж варто було б.
13. Буває, що я говорю про речі, в яких не розбираюся.
14. Мені легко займатися фізичною працею тривалий час.
15. Я надаю перевагу завданням, не пов'язаним з великим розумовим навантаженням.
16. Мені подобається постійно перебувати серед людей.
17. Я легко навчаюсь ремеслу (рукоділлю).
18. Мені не важко було б здати два іспити в один день.
19. При зустрічі я зазвичай починаю розмову першим.
20. Мені подобаються ігри, що вимагають швидкості і спритності рухів.
21. Я здатний швидко приймати рішення, перебуваючи в будь-якій ситуації.
22. Я говірка людина.
23. Я засмучуюся через те, що насилу опановую ремесло (рукоділля).

24. Я сильно переживаю, якщо здав (а) іспит гірше, ніж очікував (а).

25. Я сильно хвилююся, коли мені доводиться з'ясовувати стосунки з друзями.

26. Іноді я трохи пліткую.

Обробка та інтерпретація результатів тесту

Шкали	Пункти
Ергічність психомоторна (ЕРМ)	1, 14
Ергічність інтелектуальна (ЕРІ)	2, 15 *
Ергічність комунікативна (ЕРК)	3, 16
Пластичність психомоторна (ПМ)	4, 17
Пластичність інтелектуальна (ПІ)	5, 18
Пластичність комунікативна (ПК)	6, 19
Швидкість психомоторна (СМ)	7, 20
Швидкість інтелектуальна (СІ)	8, 21
Швидкість комунікативна (СК)	9 *, 22
Емоційність психомоторна (ЕМ)	10, 23
Емоційність інтелектуальна (ЕІ)	11, 24
Емоційність комунікативна (ЕК)	12, 25
Контрольна шкала (КШ)	13 *, 26 *

Примітка 1: зірочкою (*) відмічені пункти, що вимагають перекодування (1 = 4) (2 = 3) (3 = 2) (4 = 1).

Перед обробкою необхідно переконатися, що відповіді надано на всі питання. Для підрахунку балів по тій або іншій шкалі використовуються ключі. Спочатку необхідно перекодувати деякі відповіді, зазначені в ключі для даної шкали. Підрахунок балів провадиться шляхом підсумовування всіх балів по даній шкалі, сирі бали повинні бути помножені на 6 (крім балів контрольної шкали). Отримана сума балів для кожної шкали записується у відповідну графу. Необхідно пам'ятати, що випробовувані, що мають по контрольній шкалі 18 балів і більше, з подальшої обробки виключаються, як нездатні, в силу надмірної соціальної бажаності адекватно оцінювати свою поведінку.

Інтерпретація результатів тесту

Таблиця 4.1 – Психомоторна сфера

<i>Низькі значення (12–25 балів)</i>	<i>Середні значення (26–34 балів)</i>	<i>Високі значення (35–48 балів)</i>
Ергічність (ЕРМ)		
Вузька сфера психомоторної діяльності, низький м'язовий тонус, небажання фізичної напруги, низька залученість в процес діяльності, уникання роботи, рухова пасивність.	Нормальний м'язовий тонус, звичайна рухова активність; середньо виражене прагнення до фізичної напруги, середня м'язова працездатність.	Висока потреба в русі, «широка» сфера психомоторної активності, спрага психомоторної діяльності, постійне прагнення до фізичної праці, надлишок фізичних сил, висока м'язова працездатність.
Пластичність(ПМ)		
Підвищена схильність до монотонної фізичної роботи, острах, уникання різноманітних форм ручної праці, прагнення до шаблонним способів фізичної діяльності, в'язкість рухів.	Типова для людини гнуч-кість при перемиканні з однієї фізичної роботи на іншу, середньовиражена схильність до різноманітних форм рухової активності та різних видів ручної праці.	Висока гнучкість при перемиканні з одних форм рухової активності на інші, високе прагнення до різноманітних способів фізичної діяльності, плавність рухів.
Швидкість (ШМ)		
Загальмованість психомоторики, низька швидкість рухових операцій при виконанні ручної праці.	Середня швидкість моторно-рухових операцій.	Високий темп психомоторного поводження, висока швидкість у різних видах рухової активності.
Емоційність (ЕМ)		
Низька чутливість (байдужність) до розбіжності між вигаданим моторним дією і реальним результатом цієї дії; відчуття спокою, впевненості в собі при виконанні фізичної роботи, відсутність занепокоєння у випадку невиконання або поганого виконання фізичної роботи.	Середньо Виражена чутливість до невдач у ручній праці, можливість розбіжності задуманого і реального моторного дії; звичайна інтенсивність емоційного переживання у випадку невдач у фізичній роботі.	Висока чутливість (сильне емоційне переживання) із приводу розбіжності між очікуваним і реальним результатом ручної праці, постійне відчуття неповноцінності продукту фізичної роботи.

Таблиця 4.2 – Інтелектуальна сфера

<i>Низькі значення (12–25 балів)</i>	<i>Середні значення (26–34 балів)</i>	<i>Високі значення (35–48 балів)</i>
Ергічність (ЕРІ)		
Низький рівень інтелектуальних можливостей, небажання розумової напруги, низька залученість в процес, пов'язаний з розумовою діяльністю, вузьке коло інтелектуальних інтересів.	Середній рівень інтелектуальних можливостей, середньо виражене прагнення до діяльності, пов'язаної з розумовою напругою.	Високий рівень інтелектуальних можливостей, високий рівень здатності до навчання, постійне прагнення до діяльності, пов'язаної з розумовою напругою, легкість розумового спонукання.
Пластичність (ПІ)		
В'язкість мислення, стереотипний підхід до вирішення проблем, ригідність у рішенні абстрактних завдань.	Нормальна гнучкість мислення, середня виразність прагнення до різноманітних форм інтелектуальної діяльності.	Висока гнучкість мислення, легкий перехід з одних форм мислення на інші, постійне прагнення до різноманітності форм інтелектуальної діяльності, творчий підхід до вирішення проблем.
Швидкість (ШІ)		
Низька швидкість розумових процесів, сповільненість виконання операцій при здійсненні інтелектуальній діяльності.	Середня швидкість розумових процесів при здійсненні інтелектуальної діяльності.	Висока швидкість розумових процесів при здійсненні інтелектуальної діяльності.

Таблиця 4.3 – Комунікативна сфера

<i>Низькі значення (12–25 балів)</i>	<i>Середні значення (26–34 балів)</i>	<i>Високі значення (35–48 балів)</i>
Ергічність (ЕРК)		
Низька потреба в спілкуванні, соціальна пасивність, «вузький» коло контактів, відхід від соціальних заходів замкнутість. ступінь товариськості.	Нормальна потреба в спілкуванні, «середній» коло контактів, середньовиражене прагнення до встановлення нових знайомств, середній	Висока потреба в спілкуванні, широке коло контактів, тяга до людей, легкість у встановленні соціальних зв'язків, прагнення до лідерства.
Пластичність (ПК)		
Низький рівень готовності до вступу в нові соціальні контакти, ретельне продумування своїх учинків у процесі соціальної взаємодії, прагнення до підтримуванню одноманітних контактів, обмежений набір комунікативних програм.	Нормальна готовність до спілкування, типове для середньої людини прагнення до нових соціальних контактів.	Легкість вступу в нові соціальні контакти, легкість перемикавання в процесі спілкування, імпульсивність у спілкуванні, широкий набір комунікативних програм.

Продовження таблиці 4.3

<i>Низькі значення (12–25 балів)</i>	<i>Середні значення (26–34 балів)</i>	<i>Високі значення (35–48 балів)</i>
Швидкість (ШК)		
Низька мовна активність, повільна вербалізація, мовна загальмованість.	Звичайна швидкість мовної активності і вербалізації.	Легка і плавна мова, швидка вербалізація, висока швидкість мовної активності.
Емоційність (ЕК)		
Низька чутливість до, невдач у спілкуванні, відчуття радості і впевненості в собі в процесі взаємодії з іншими людьми.	Среднеінтенсивное емоційне переживання у випадку невдач у спілкуванні, типова для людини чутливість до відтінків міжособистісних відносин; средневиярженних радості і впевненість у собі в процесі соціальної взаємодії	. Висока чутливість (вразливість) у разі невдач у спілкуванні, відчуття постійного занепокоєння в процесі соціальної взаємодії; невпевненість, дратівливість в ситуації спілкування.

Контрольна шкала (Кш)

Контрольна шкала варіюється від 2 до 24 балів. При значеннях від 2 до 17 балів випробувані характеризуються більш–менш адекватним сприйняттям своєї поведінки. Випробувані з високими значеннями по даній шкалі (18–24 бала) з обробки виключаються, оскільки в них спостерігається явно неадекватна оцінка поведінки. У своїх відповідях вони прагнуть виглядати краще, ніж є насправді.

Визначення індекси і типів

Для вирішення ряду наукових і науково-практичних завдань необхідно враховувати не тільки значення тієї або іншої окремої формально-динамічної властивості, але й індекси й темпераментні типи, що відображають різну ступінь інтеграції формально-динамічних властивостей індивідуальності. Виходячи зі змісту кореляційних і факторних зв'язків між шкалами ОФДСІ, запропоновані наступні 6 найбільш важливих індексів формально-динамічних властивостей людини.

• Індекси активності

1. Індекс психомоторної активності (ІПА) дорівнює сумі балів активних шкал в психомоторній сфері.

$$\text{ІПА} = \text{ЕРМ} + \text{ПМ} + \text{СМ}. \quad (4.1)$$

ІПА варіює від 36 до 144. Середнє значення (норма) дорівнює 90 ± 12 , тобто від 78 до 102

2. Індекс інтелектуальної активності (ІПА) дорівнює сумі балів активних шкал в інтелектуальній сфері.

$$\text{ІПА} = \text{ЕРІ} + \text{ПІ} + \text{СІ}. \quad (4.2)$$

ІПА варіює від 36 до 144. Середнє значення (норма) дорівнює 90 ± 12 , тобто від 78 до 102.

3. Індекс комунікативної активності (ІКА) дорівнює сумі балів активних шкал у комунікативній сфері.

$$\text{ІКА} = \text{ЕРК} + \text{ПК} + \text{СК}. \quad (4.3)$$

ІКА варіює від 36 до 144. Середнє значення (норма) дорівнює 90 ± 12 , тобто Від 78 до 102.

4. Індекс загальної активності (ІЗА) дорівнює сумі балів всіх активних шкал у всіх трьох сферах.

$$\text{ІОА} = \text{ІПА} + \text{ІА} + \text{ІКА}. \quad (4.4)$$

ІОА варіює від 108 до 432. Середнє значення (норма) дорівнює 270 ± 36 , тобто Від 234 до 306.

• Індекс загальної емоційності

5. Індекс загальної емоційності (ІЗЕ) дорівнює сумі всіх емоційних шкал у трьох сферах.

$$\text{ІЗЕ} = \text{ЕМ} + \text{ЕІ} + \text{ЕК}. \quad (4.5)$$

Середнє значення (норма) дорівнює 90 ± 12 , тобто Від 78 до 102.

• Індекс загальної адаптивності

6. Індекс загальної адаптивності (ІЗАД) дорівнює різниці балів між індексом загальної активності та індексом загальної емоційності.

$$\text{ІЗАД} = \text{ІОА} - \text{ІЗЕ}. \quad (4.6)$$

Індекс варіює в межах від -36 до 432. Середнє значення (норма) дорівнює 180 ± 48 .

На підставі вищенаведених індексів, в принципі, можна виділити досить велику кількість варіантів темпераменту. Класифікація цих типів – справа

майбутніх наукових досліджень, однак уже зараз орієнтовно можна говорити про можливі 9 найбільш типових варіантах (типах) формально-динамічних властивостей.

Диференціальні типи

Для обчислення диференціального типу темпераментального типу у певній сфері поведінки необхідно на осі ординат відкласти значення індексу активності в даній сфері, а на осі абсцис значення відповідної емоційної шкали.

- Тип 1. Якщо значення по обох шкалах вище норми, тобто активність вище 102, а емоційність вище 34, даний випробуваний відноситься до категорії «холерик» у відповідній сфері.

- Тип 2. Якщо значення по обох шкалах менше норми, тобто активність менше 70, а емоційність – менше 26, то даний випробуваний – «флегматик».

- Тип 3. Якщо в даного випробуваного активність вище норми (тобто вище 102), а емоційність – нижче норми (тобто нижче 26), то цей випробуваний – «сангвінік».

- Тип 4. Якщо активність менше норми (тобто менше 78), а емоційність більше норми, тобто (більше 34), то випробуваний – «меланхолік» у відповідній сфері.

- Тип 5. Якщо випробуваний має «нормальне» значення по шкалі активності, а по шкалі емоційності його значення нижче норми (тобто менше 26), даний випробуваний належить до «змішаного низько-емоційного» типу.

- Тип 6. Якщо випробуваний має «нормальне» значення по шкалі активності, а по шкалі емоційності його значення вище норми (тобто більше 34), даний випробуваний належить до «змішаного високо-емоційного» типу.

- Тип 7. Якщо випробуваний по шкалі активності має значення вище норми (тобто вище 102), а по шкалі емоційності його значення перебувають у межах норми, то даний випробуваний належить до «змішаного високоактивного» типу.

- Тип 8. Якщо випробуваний по шкалі активності має значення нижче норми, а по шкалі емоційності його значення перебувають у межах норми, то даний випробуваний належить до «змішаного низько-активного» типу.

- Тип 9. Якщо значення й активності й емоційності перебувають у межах норми, то випробуваний належить до «невизначеного» типу.

Загальний тип темпераменту

Обчислення загального типу проводиться аналогічно обчисленню диференціального типу. Для цього на осі ординат відкласти значення ІЗА

(індексу загальної активності), а на осі абсцис значення індексу ІЗЕ (індексу загальної емоційності). Назви типів ті ж, що й у випадку диференціальних типів.

Якщо обидва значення вище норми – «холерик», якщо обидва значення менше норми – «флегматик». Якщо по шкалі загальної активності значення вище норми, а по шкалі загальної емоційності нижче норми – «сангвінік». Якщо загальна активність нижче норми, а загальна емоційність вище норми – «меланхолік». Якщо обидва значення в межах норми – «невизначений» тип. Якщо по активності значення в межах норми, а по загальній емоційності вище норми, то – «змішаний високоемоційний» тип. Якщо по активності значення в межах норми, а по загальній емоційності нижче норми, то – «змішаний низькоемоційний» тип. Якщо по шкалі загальної активності значення вище норми, а по загальній емоційності в межах норми, то – «змішаний високоактивний» тип. Якщо по шкалі загальної активності значення нижче норми, а по загальній емоційності в межах норми, то – «змішаний низько активний» тип.

Контрольні питання

1. Які базальні властивості нервової системи виділяє В. М. Русалов?
2. Перелічіть сфери щодо яких розглядаються параметри.
3. Які показники включає в себе індекс загальної адаптивності?
4. Яким чином здійснюється визначення диференціального типу?
5. Чи згодні ви з отриманими результатами?

ПРАКТИЧНА РОБОТА № 5

ДІАГНОСТИКА РЕАЛЬНОЇ СТРУКТУРИ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ ОСОБИ (С. С. БУБНОВА)

Мета роботи: вивчення реалізації ціннісних орієнтацій особистості в реальних умовах життєдіяльності.

Загальні відомості

Ціннісні орієнтації – компонент спрямованості особистості. Це розділяються і внутрішньо прийняті нею матеріальні і духовні цінності, схильність до сприйняття умов життя і діяльності в їх суб'єктивної значущості.

Ціннісні орієнтації служать опорними установками для прийняття рішень і регуляції поведінки. Суб'єктивна перевага тих чи інших цінностей – початок визначення ієрархії ціннісних орієнтацій: сім'я, багатство, творчість, кар'єра, честь, совість, здоров'я, інтимні стосунки, турботи про інших і т. Д. Несуперечність ціннісних орієнтацій – показник стійкості особистості. У системі ціннісних орієнтацій кожної людини відбуваються зміни, є своя динаміка і розвиток. Детермінантами ціннісних орієнтацій особистості виступають умови життя, діяльність, а також схильності, здібності, інтереси, потреби людини.

В основі методики С.С. Бубнова лежить положення про те, що уявлення про значущі цінності формуються в процесі соціалізації особистості в результаті інтеріоризації загальнокультурних цінностей. Результат процесу інтеріоризації неоднозначний, що призводить до істотного розкиду ціннісних орієнтацій.

Вихідні дані до тестування

Даний опитувальник спрямований на дослідження вашої особистості і ваших відносин. Відповідайте по можливості швидко, довго не роздумуючи над кожним питанням. Пам'ятайте, що поганих або гарних відповідей немає, є тільки ваше власну думку. Відповідати потрібно «так» або «ні». У бланку відповідей це відповідно «+» або «-», які потрібно проставити поруч із номером питання.

1. Чи любите ви лежати на дивані і нічого не робити?
2. Любителі ви самі заробляти гроші і отримувати від цього задоволення?
3. Чи часто вас відвідує думка, що хочеться сходити в театр або на виставку?
4. Чи часто ви допомагаєте близьким по господарству?
5. Чи вважаєте ви, що любов – визначальне почуття в житті?
6. Чи любите ви читати книги про щось новому, ще невідомому вам?

7. Чи хочете ви стати босом (начальником якої-небудь компанії)?
8. Чи хочете ви, щоб вас поважали друзі за ваші особистісні якості?
9. Чи хочете ви самі брати участь у будь-яких громадських заходах (мітингах, страйках) на користь близької вам шару населення?
10. Чи вважаєте ви, що без спілкування з друзями ваше життя буде тьмяною і безрадісним?
11. Чи вважаєте ви, що було б здоров'я, а все інше додається?
12. Чи часто вам хочеться розслабитися (послухати легку музику, наприклад)?
13. Ви обрали свою професію в основному тому, що вона може вам приносити великий матеріальний достаток?
14. Чи вважаєте ви, що в житті важливо вміти грати на музичних інструментах, малювати і т. П.?
15. Якщо хтось із ваших знайомих захворів, виберете ви час, щоб його відвідати?
16. Ваш шлюб укладено (буде укладено) з любові?
17. Чи любите ви читати науково-популярні книги?
18. Хотіли ви в школі стати яким-небудь організатором?
19. Якщо ви здійснили непорядний вчинок по відношенню до друзів або співробітникам, чи будете ви переживати з цього приводу?
20. Чи вважаєте ви, що шляхом громадських дій (мітингів, зборів) можна що-небудь змінити в суспільному житті?
21. Чи можете ви спокійно обійтися без частого спілкування зі своїми знайомими?
22. Чи вважаєте ви, що необхідно будь-яким чином зміцнювати своє здоров'я (плавати, бігати, грати в теніс і т. Д.)?
23. Головне для вас – ваш настрій в даний момент, а що буде потім – не так важливо?
24. Чи вважаєте ви, що головне – це придбати будинок (квартиру), машину та інші матеріальні блага?
25. Чи любите ви гуляти по лісу, парку?
26. Як ви вважаєте, чи потрібно допомагати матеріально тим, хто просить милостиню, чи ні?
27. Любов – це почуття, яке народжується і вмирає?
28. Хотіли б ви стати вченим або науковим співробітником?
29. Влада – це почесно і значимо або від неї більше клопоту і всяких неприємностей?
30. Хотіли б ви, щоб у вас було більше друзів?

31. Чи спадало вам на думку зайнятися перебудовою будь-якої громадської організації (клубу, консультаційного пункту, інституту)?
32. Чи багато свого вільного часу ви хотіли б приділяти спілкуванню?
33. Чи часто ви замислюєтеся про своє здоров'я?
34. Чи вважаєте ви, що дуже важливо вміти приносити собі задоволення?
35. Якщо все почати спочатку, вибрали б ви зараз більш високооплачувану роботу, ніж справжня?
36. Хотіли б ви зайнятися фотографією?
37. Чи вважаєте ви, що потрібно обов'язково допомогти упалому людині?
38. Почуття любові для вас - це першооснова життя чи ні?
39. Чи часто ви задаєте собі питання: «А чому саме так?»
40. Хотіли б ви «робити» політику?
41. Чи часто ваш внутрішній голос задає вам питання: «А чи поважають мене оточуючі?»
42. Чи є для вас суспільні явища предметом обговорення вдома або на роботі?
43. Якщо ви три дні проведете на безлюдному острові, помрете ви від самотності?
44. Катаєтеся ви на лижах, щоб зміцнити своє здоров'я?
45. Чи часто ви підлягає мрієте, лежачи з закритими очима?
46. Головне в житті – це робити гроші і створювати власний бізнес?
47. Чи часто ви купуєте картини та інші художні вироби або хотіли б їх купити?
48. Якщо хтось із близьких досить довго хворіє, чи будете ви за нього виконувати його обов'язки по господарству смиренно і покірно?
49. Чи любите ви маленьких дітей?
50. Хотіли б ви створити яку-небудь свою «теорію» (відносності, таблицю і т. П.)?
51. Чи хочете ви бути схожим на якогось відомого людини (актора, політика, бізнесмена)?
52. Важливо вам, щоб вас поважали товариші по службі за ваші професійні знання?
53. Хотіли б ви в даний час що-небудь самі зробити в політиці?
54. Ви людина рішуча?
55. Чи ходите ви в сауну, басейн, лазню, чи займаєтеся аеробікою для підтримки хорошого фізичного стану?
56. Нормальний відпочинок – це надзвичайно важливо, чи не так?

57. У житті надзвичайно важливо накопичити матеріальні засоби і передати їх дітям?

58. Чи хотілося вам коли-небудь самому намалювати картину або скласти музику?

59. Коли маленька дитина плаче – це «крик про допомогу»?

60. Для вас важливіше любити самому, ніж бути коханим?

61. «У всьому хочеться дійти до самої суті» - це про вас?

62. Ви хотіли б, щоб ваші діти стали знаменитими людьми?

63. Хотіли б ви, щоб товариші по службі зверталися до вас за допомогою в особистому плані, як до людини?

64. У суспільному житті нехай залишається все як є?

65. Спілкування – це лише марна трата часу?

66. Здоров'я – це не найголовніше в житті, чи не так?

Обробка та інтерпретація результатів тесту

Ступінь виразності кожних з поліструктурних ціннісних орієнтацій особистості визначалася за допомогою ключа, представленого у бланку відповідей. Відповідно цьому підраховується кількість позитивних відповідей у всіх одинадцяти стовпцях, а результат записується в графі «?». За результатами обробки індивідуальних даних будується графічний профіль, що відображає вираженість кожної цінності. Для цього по вертикалі фіксується кількісна вираженість цінностей (по 6-бальною системою), а по горизонталі – види цінностей.

Таблиця 5.1.– Ключ до тесту

Номери питань										
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33
34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44
45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55
56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66
I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI

Перерахуємо ці цінності в узагальненому вигляді:

1. Приємне проведення часу, відпочинок.
2. Високий матеріальний добробут.
3. Пошук і насолода прекрасним.
4. Допомога і милосердя до інших людей.
5. Любов.
6. Пізнання нового у світі, природі, людині.
7. Високий соціальний статус і управління людьми.
8. Визнання і пошана людей і вплив на оточуючих.
9. Соціальна активність для досягнення позитивних змін у суспільстві.
10. Спілкування.
11. Здоров'я.

Контрольні питання

1. Що таке ціннісні орієнтації?
2. Чим служать ціннісні орієнтації?
3. Які Ви знаєте ціннісні орієнтації?
4. Що є детермінантами ціннісних орієнтацій особистості?
5. Що лежить в основі методики С.С. Бубнова?

ПРАКТИЧНА РОБОТА № 6

ДІАГНОСТИКА ЛІДЕРСЬКИХ ЗДІБНОСТЕЙ

(Е. ЖАРІКОВ, Е. КРУШЕЛЬНИЦКІЙ)

Мета роботи: згідно представленої методикою оцінити здатність особистості бути лідером.

Загальні відомості

Якості лідера – це сукупність психологічних якостей, умінь і здібностей взаємодіяти з групою, які здатні забезпечити успішне виконання лідерських завдань і функцій.

Лідер – це той, хто допомагає іншим зробити набагато більше, ніж вони коли-небудь вважали можливим. Лідерство однієї людини допомагає розблокувати потенціал інших, будь то індивідуальні можливості або ж потенціал групи, компанії або організації.

Здатність людини бути лідером багато в чому залежить від розвиненості особистісних, організаторських і комунікативних якостей.

Особистісні якості – це психологічні якості, які можна віднести безпосередньо до особистості людини, що представляють собою поєднання знань, цінностей, навичок і особливостей поведінки. Вони характеризують насамперед самого лідера, а не його взаємини з колективом та іншими людьми.

Організаторські здібності вміння планувати власну діяльність і за наявності можливості вміти правильно поставити завдання групі, проконтролювати її виконання, розподілити обов'язки і, найголовніше, вчасно зуміти зорієнтуватися у складній екстремальній ситуації. Організаторські здібності включають такі складові, як цілеспрямованість, гнучкість, працездатність.

Комунікативні якості особистості людини – це навички і риси характеру, завдяки яким він спілкується і вибудовує відносини з іншими людьми в соціумі. Комунікативні якості особистості розглядаються як важливі складові готовності людей до успішної особистої і професійної діяльності. Крім того, успіх навчання багато в чому визначається наявністю високого рівня комунікативних умінь.

Рівень комунікативних навичок залежить від знань в області вербального і невербального спілкування, розуміння форм мовного етикету, від здатності співпереживати іншим людям. Основою комунікативної компетентності людини становлять форми мовного етикету. Комунікативні якості не є

вродженими. Розвиток якостей особистості відбувається в процесі її формування.

Якими характерологічними рисами особистості повинен володіти справжній лідер? Такими ознаками, як відзначають Е.Жаріков і Е. Крушельницькій, можуть служити наступні прояви:

- Вольовий, здатний долати перешкоди на шляху до мети.
- Наполегливий, вміє розумно ризикувати.
- Терплячий, готовий довго і добре виконувати одноманітну, нецікаву роботу.
- Ініціативний і воліє працювати без дріб'язкової опіки. Незалежний.
- Психічно стійкий і не дає захопити себе нереальними пропозиціями.
- Добре пристосовується до нових умов і вимог.
- Самокритичний, тверезо оцінює не тільки свої успіхи, але й невдачі.
- Вимогливий до себе та інших, вміє запитати звіт за доручену роботу.
- Критичний, здатний бачити в привабливих пропозиціях слабкі сторони.
- Надійний, тримає слово, на нього можна поклатися.
- Витривалий, може працювати навіть в умовах перевантажень.
- Сприйнятливий до нового, схильний вирішувати нетрадиційні задачі оригінальними методами.
- Стрессоустойчив, не втрачає самовладання і працездатності в екстремальних ситуаціях.
- Оптимістичний, відноситься до труднощів як до неминучих і переборним перешкод.
- Рішучий, здатний самостійно і своєчасно приймати рішення, в критичних ситуаціях брати відповідальність на себе.
- Здатний змінювати стиль поведінки в залежності від умов, може і зажадати та підбадьорити.

Вихідні дані до тестування

Вам пропонується 50 висловлювань, на які потрібно дати відповідь «так» чи «ні». Середнього значення у відповідях не передбачено. Довго не замислюйтесь над висловлюваннями. Якщо сумніваєтеся, все-таки зробіть позначку на «+» або «-» («а» або «б») на користь того альтернативної відповіді, до якого ви найбільше схиляєтеся.

1. Чи часто ви буваєте в центрі уваги оточуючих?

1. Так.
2. Немає.

2. Чи вважаєте ви, що багато з оточуючих вас людей займають більш високе положення по службі, ніж ви?

1. Так.

2. Немає.

3. Перебуваючи на зборах людей, рівних вам по службовому становищу, відчуваєте ви бажання не висловлювати своєї думки, навіть коли це необхідно?

1. Так.

2. Немає.

4. Коли ви були дитиною, подобалося вам бути лідером серед однолітків?

1. Так.

2. Немає.

5. Чи відчуваєте ви задоволення, коли вам вдається переконати когось у чомусь?

1. Так.

2. Немає.

6. Чи трапляється, що вас називають нерішучою людиною?

1. Так.

2. Немає.

7. Чи згодні ви з твердженням: «Все найкорисніше у світі є результат діяльності невеликого числа видатних людей»?

1. Так.

2. Немає.

8. Чи відчуваєте ви нагальну необхідність в порадику, який міг би спрямувати вашу професійну активність?

1. Так.

2. Немає.

9. Чи втрачали ви іноді холонокровність у розмові з людьми?

1. Так.

2. Немає.

10. Чи доставляє вам задоволення бачити, що оточуючі побоюються вас?

1. Так.

2. Немає.

11. Чи намагаєтеся ви займати за столом (на зборах, в компанії і т. П.) Таке місце, яке дозволяло б вам бути в центрі уваги і контролювати ситуацію?

1. Так.

2. Немає.

12. Чи вважаєте ви, що справляєте на людей значне (імпозантна) враження?

1. Так.

2. Немає.

13. Чи вважаєте ви себе мрійником?
1. Так.
 2. Немає.
14. Губитеся ви, якщо люди, що оточують вас, висловлюють незгоду з вами?
1. Так.
 2. Немає.
15. Чи траплялося вам за особистою ініціативою займатися організацією трудових, спортивних та інших команд і колективів?
1. Так.
 2. Немає.
16. Якщо те, що ви намітили, не дало очікуваних результатів, то ви:
1. Будете раді, якщо відповідальність за цю справу покладуть на кого-небудь іншого.
 2. Візьмете на себе відповідальність і самі доведете справу до кінця.
17. Яке з двох думок вам ближче?
1. Справжній керівник повинен сам робити ту справу, якою він керує, і особисто брати участь у ньому.
 2. Справжній керівник повинен тільки вміти керувати іншими і не обов'язково робити справу сам.
18. З ким ви віддаєте перевагу працювати?
1. З покірними людьми.
 2. З незалежними і самостійними людьми.
19. Чи намагаєтеся ви уникати гострих дискусій?
1. Так.
 2. Немає.
20. Коли ви були дитиною, чи часто ви стикалися з владністю вашого батька?
1. Так.
 2. Немає.
21. Чи вмієте ви в дискусії на професійну тему залучити на свій бік тих, хто раніше був з вами не згоден?
1. Так.
 2. Немає.
22. Уявіть собі таку сцену: під час прогулянки з друзями по лісі ви втратили дорогу. Наближається вечір і потрібно приймати рішення. Як ви вчините?
1. Надасте ухвалення рішення найбільш компетентному з вас.
 2. Просто не будете нічого робити, розраховуючи на інших.

23. Є таке прислів'я: «Краще бути першим на селі, ніж останнім у місті».
Справедлива вона?
1. Так.
 2. Немає.
24. Чи вважаєте ви себе людиною, що робить вплив на інших?
1. Так.
 2. Немає.
25. Чи може невдача у прояві ініціативи змусити вас більше ніколи цього не робити?
1. Так.
 2. Немає.
26. Хто, з вашої точки зору, істинний лідер?
1. самий компетентна людина;
 2. той, у кого найсильніший характер.
27. Чи завжди ви намагаєтеся зрозуміти і по гідності оцінити людей?
1. Так.
 2. Немає.
28. Поважаєте ви дисципліну?
1. Так.
 2. Немає.
29. Який з наступних двох керівників для вас важливіше?
1. Той, який все вирішує сам.
 2. Той, який завжди радиться і прислухається до думок інших.
30. Який з наступних стилів керівництва, на вашу думку, найкращий для роботи установи того типу, в якому ви працюєте?
1. Колегіальний.
 2. Авторитарний.
31. Чи часто у вас створюється враження, що інші зловживають вами?
1. Так.
 2. Немає.
32. Який з наступних портретів більше нагадує вас?
1. Людина з гучним голосом, виразними жестами, за словом в кишеню не полізе.
 2. Людина зі спокійним, тихим голосом, стриманий, задумливий.
33. Як ви поведете себе на зборах і нараді, якщо вважаєте свою думку єдино правильним, але інші з вами не згодні?
1. Промовчите.
 2. Будете відстоювати свою думку.

34. Підкорятися ви свої інтереси і поведінку інших людей справі, якою займаєтеся?

1. Так.

2. Немає.

35. Чи виникає у вас почуття тривоги, якщо на вас покладено відповідальність за якусь важливу справу?

1. Так.

2. Немає.

36. Що б ви хотіли?

1. Працювати під керівництвом хорошої людини.

2. Працювати самостійно, без керівників.

37. Як ви ставитеся до твердження: «Для того щоб сімейне життя було гарним, необхідно, щоб рішення в сім'ї приймав один з подружжя?»

1. Згоден.

2. Не згоден.

38. Чи траплялося вам купувати що-небудь під впливом думки інших людей, а не виходячи з власної потреби?

1. Так.

2. Немає.

39. Чи вважаєте ви свої організаторські здібності хорошими?

1. Так.

2. Немає.

40. Як ви поводитесь, зіткнувшись з труднощами?

1. Опускаєте руки.

2. З'являється сильне бажання їх подолати.

41. дорікає ви людей людям, якщо вони цього заслуговують?

1. Так.

2. Немає.

42. Чи вважаєте ви, що ваша нервова система здатна витримати життєві навантаження?

1. Так.

2. Немає.

43. Як ви вчините, якщо вам запропонують реорганізувати ваше установу чи організацію?

1. Введу потрібні зміни негайно.

2. Не буду поспішати і спочатку все ретельно обдумаю.

44. Зумієте ви перервати занадто балакучого співрозмовника, якщо це необхідно?

1. Так.

2. Немає.

45. Чи згодні ви з твердженням: «Для того щоб бути щасливим, треба жити непомітно»?

1. Так.

2. Немає.

46. Чи вважаєте ви, що кожна людина повинна зробити що-небудь видатне?

1. Так.

2. Немає.

47. Ким би ви воліли стати?

1. Художником, поетом, композитором, вченими.

2. Видатним керівником, політичним діячем.

48. Яку музику вам приємніше слухати?

1. Могутню і урочисту.

2. Тиху і ліричну.

49. Чи відчуваєте ви хвилювання, чекаючи зустрічі з важливими і відомими людьми?

1. Так.

2. Немає.

50. Чи часто ви зустрічали людей з більш сильною волею, ніж ваша?

1. Так.

2. Немає.

Обробка та інтерпретація результатів тесту

Сума балів за ваші відповіді підраховується за допомогою ключа до опитувальника.

Ключ: 1а, 2а, 3б, 4а, 5а, 6б, 7а, 8б, 9б, 10а, 11а, 12а, 13б, 14б, 15а, 16б, 17а, 18б, 19б, 20а, 21а, 22а, 23а, 24а, 25б, 26а, 27б, 28а, 29б, 30б, 31а, 32а, 33б, 34а, 35б, 36б, 37а, 38б, 39а, 40б, 41а, 42а, 43а, 44а, 45б, 46а, 47б, 48а, 49б, 50б.

За кожную відповідь, що співпадає з ключовим, випробуваний одержує один бал, в іншому випадку – 0 балів.

Інтерпретація результатів тесту

- Якщо сума балів виявилася менш 25, то якості лідера виражені слабо.
 - Якщо сума балів в межах від 26 до 35, то якості лідера виражені середньо.
 - Якщо сума балів виявилася від 36 до 40, то лідерські якості виражені сильно.
- Якщо сума балів більше 40, то дана людина як лідер схильний до диктату.

Контрольні питання

1. Що таке якості лідера?
2. Що таке лідер?
3. Що таке особистісні якості?
4. Що таке організаторські здібності?
5. Що таке комунікативні якості особистості людини?
6. Від чого залежить рівень комунікативних навичок?
7. Якими характерологічними рисами особистості повинен володіти справжній лідер (на думку Е. Жарікова і Е. Крушельницького)?

ПРАКТИЧНА РОБОТА № 7

ДІАГНОСТИКА ПАРЦІАЛЬНИХ ПОЗИЦІЙ ІНТЕРНАЛЬНИЙ – ЕКСТЕРНАЛЬНИЙ ОСОБИСТОСТІ

Мета роботи: згідно представленої методикою досліджувати парціальні шкали локусу контролю.

Загальні відомості

Однією з важливих інтегральних характеристик самосвідомості, що викликають почуття відповідальності, готовність до активності і переживання «Я», є якість особистості, що отримало назву локусу контролю.

Локус контролю – поняття в психології, що характеризує властивість особистості приписувати свої успіхи або невдачі тільки внутрішнім, або тільки зовнішнім чинникам.

«Локус контролю» називають також «локалізацією контролю вольового зусилля».

Існують два крайніх типи локусу контролю – інтернальний і екстернальний. У першому випадку людина переконаний, що відбуваються з ним події залежать від його особистісних якостей і є закономірним підсумком його власної діяльності. У другому випадку людина переконаний, що його успіхи і невдачі – це результат зовнішніх сил (везіння, випадковість, тиск оточення, інші люди і т. Д.). Будь індивід займає певну позицію на континуумі, що задається цими полярними типами локусу контролю.

Згідно з наведеною методикою може бути оцінений як загальний тип контролю, так і співвідношення показників за окремими шкалами між собою.

Загальна інтернальність 3І. Високий показник по цій шкалі відповідає високому рівню суб'єктивного контролю над емоційно позитивними подіями і ситуаціями. Такі люди вважають, що більшість важливих подій у їхньому житті було результатом їх власних дій, що вони можуть ними керувати і, отже, відчують власну відповідальність за ці події і за те, як складається їхнє життя в цілому. Низький показник за цією шкалою відповідає низькому рівню суб'єктивного контролю. Такі випробувані не бачать зв'язку між своїми діями і значущими для них подіями життя, не вважають себе здатними контролювати їх розвиток і вважають, що більшість подій є результатом випадку або дій інших людей.

Інтернальність досягнень ІД. Високі показники за цією шкалою відповідають високому рівню суб'єктивного контролю над емоційно позитивними подіями і ситуаціями. Такі люди вважають, що вони домоглися

самі всього хорошого, що було і є в їх житті, і що вони здатні з успіхом переслідувати свої цілі і в майбутньому. Низькі показники за цією шкалою свідчать про те, що людина приписує свої успіхи, досягнення і радості зовнішнім обставинам – везінню, щасливій долі або допомоги інших людей.

Інтернальність невдач ІН. Високі показники за цією шкалою говорять про розвинене почуття суб'єктивного контролю по відношенню до негативних подій і ситуацій, що проявляється у схильності звинувачувати самого себе в різноманітних невдачах, неприємності і стражданнях. Низькі показники свідчать про те, що випробуваний схильний приписувати відповідальність за подібні події іншим людям або вважати їх результатом невезіння.

Інтернальність в сімейних відносинах ІС. Високі показники означають, що людина вважає себе відповідальним за події сімейного життя. Низький показник вказує на те, що суб'єкт вважає не себе, а своїх партнерів причиною значущих ситуацій, що виникають в його родині.

Інтернальність виробничих відносин ІВ. Високий показник свідчить про те, що людина вважає свої дії важливим фактором в організації власної виробничої діяльності, в складних відносинах в колективі, у своєму просуванні і т. Д. Низький показник вказує на те, що випробуваний схильний приписувати більш важливе значення зовнішнім обставинам – керівництву, товаришам по роботі, везінню-невдачі.

Інтернальність міжособистісних відносин ІМ. Високий показник свідчить про те, що людина вважає себе здатним контролювати свої неформальні відносини з іншими людьми, викликати до себе повагу і симпатію. Низький показник, навпаки, вказує на те, що він не вважає себе здатним активно формувати своє коло спілкування і схильний вважати свої відносини результатом дії своїх партнерів.

Інтернальність щодо здоров'я–хвороби ІЗ. високі показники свідчать про те, що випробуваний вважає себе багато в чому відповідальним за своє здоров'я: якщо він хворий, то звинувачує в цьому самого себе і вважає, що одужання багато в чому залежить від його дій. Людина з низьким показником вважає здоров'я і хвороба результатом випадку і сподівається на те, що одужання прийде в результаті дій інших людей, насамперед лікарів.

Вихідні дані до тестування

Відповідайте, будь ласка, на кожен пункт опитувальника, використовуючи одну з градацій 7 бальної шкали:

Повністю не згоден –3 –2 –1 0 1 2 3 Повністю згоден

1. Прідвищення по службі більше залежить від вдалого збігу обставин, ніж від здібностей і зусиль людини.
2. Більшість розлучень відбувається тому, що люди не захотіли пристосуватися одне до одного.
3. Хвороба – справа випадку. Якщо вже судилося захворіти, то нічого не поробиш.
4. Люди опиняються самотніми через те, що самі не виявляють інтересу і дружелюбності до оточуючих.
5. Здійснення моїх бажань залежить від везіння.
6. Марно докладати зусилля для того, щоб завоювати симпатію інших людей.
7. Зовнішні обставини – батьки і добробут – впливають на сімейне щастя не менше, ніж стосунки подружжя.
8. Я часто відчуваю, що мало впливаю на те, що відбувається зі мною.
9. Як правило, керівництво виявляється більш ефективним, коли повністю контролює дії підлеглих, а не покладається на їх самостійність.
10. Мої оцінки в школі найчастіше залежали від випадкових обставин (наприклад, від настрою вчителя), ніж від моїх власних зусиль.
11. Коли я будую плани, то я, загалом, вірю, що зможу здійснити їх.
12. Те, що багатьом людям здається удачею і везінням, насправді є результатом довгих цілеспрямованих зусиль.
13. Думаю, що правильний спосіб життя може більше допомогти здоров'ю, ніж лікарі і ліки.
14. Якщо люди не підходять один одному, то як би не старалися, налагодити сімейне життя вони все одно не зможуть.
15. Те хороше, що я роблю, переважно гідно оцінюється іншими.
16. Діти виростають такими, якими їх виховують батьки.
17. Думаю, що випадок чи доля не грають важливої ролі в моєму житті.
18. Я намагаюся не планувати далеко вперед, тому що багато залежить від того, як складуться обставини.
19. Мої оцінки в школі більше залежали від моїх зусиль і ступеня підготовленості.
20. У сімейних конфліктах я частіше відчуваю провину за собою, ніж за протилежною стороною.
21. Життя більшості людей залежить від збігу обставин.
22. Я надаю перевагу такому керівництву, при котрому можна самостійно визначати, що і як робити.
23. Думаю, що мій спосіб життя жодною мірою не є причиною моїх хвороб.

24. Як правило, саме невдалий збіг обставин заважає людям добитися успіху у своїй справі.

25. Зрештою, за погане управління організацією відповідальні самі люди, які в ній працюють.

26. Я часто відчуваю, що нічого не можу змінити в сформованих відносинах в сім'ї.

27. Якщо я дуже захочу, то зможу привернути до себе майже кожного.

28. На підростаюче покоління впливає так багато різних обставин, що зусилля батьків щодо їх виховання часто виявляються марними.

29. Те, що зі мною трапляється, – це справа моїх власних рук.

30. Важко буває зрозуміти, чому керівники чинять саме так, а не інакше.

31. Людина, яка не змогла добитися успіху у своїй роботі, швидше за все не доклав достатньо зусиль.

32. Найчастіше я можу домогтися від членів моєї сім'ї того, чого я хочу.

33. В неприємностях і невдачах, які були в моєму житті, частіше були винні інші люди, ніж я сам.

34. Дитину завжди можна вберегти від простуди, якщо за ним стежити і правильно його одягати.

35. У складних обставинах я волію почекати, поки проблеми вирішаться самі собою.

36. Успіх є результатом наполегливої праці і мало залежить від успіху чи везіння.

37. Я відчуваю, що від мене більше, ніж від кого б то не було, залежить щастя моєї сім'ї.

38. Мені завжди було важко зрозуміти, чому я подобаюсь одним людям і не подобаюсь іншим.

39. Я завжди віддаю перевагу приймати рішення і діяти самостійно, а не сподіватися на допомогу інших людей чи на долю.

40. На жаль, заслуги людини часто залишаються невизнаними, незважаючи на всі старання.

41. У сімейному житті бувають такі ситуації, які неможливо вирішити навіть при дуже сильному бажанні.

42. Здібні люди, які не змогли реалізувати свої можливості, мають звинувачувати в цьому лише себе.

43. Багато моїх успіхів були можливі тільки завдяки допомозі інших людей.

44. Більшість невдач у моєму житті відбулися від невміння, незнання або ліні і мало залежали від везіння чи невезіння.

Обробка та інтерпретація результатів тесту

Обробку заповнених анкет слід проводити за наведеними нижче ключам, підсумовуючи відповіді на пункти в стовпцях «+» зі своїм знаком і відповіді на пункти в стовпцях «-» з протилежним знаком.

1. Ключ до шкали ЗІ

+ -

2 1

4 3

11 5

12 6

13 7

15 8

16 9

17 10

19 14

20 18

22 21

25 23

27 24

29 26

31 28

32 30

34 33

36 35

37 38

39 40

42 41

44 43

3. Ключ до шкали ІН

+ -

2 7

4 24

20 33

31 38

42 40

44 41

4. Ключ до шкали ІС

+ -

2 7

16 14

20 26

32 28

37 41

5. Ключ до шкали ІВ

+ -

19 1

22 9

25 10

36 30

42 43

2. Ключ до шкали ІД

+ -

12 1

15 5

27 6

32 14

36 26

37 43

6. Ключ до шкали ІМ

+ -

4 6

27 38

7. Ключ до шкали ІЗ

+ -

13 3

34 23

Шкала загальної інтернальності

1	от	-132	до	-14	6	от	33	до	44
2	от	-13	до	-3	7	от	45	до	56
3	от	-2	до	9	8	от	57	до	68
4	от	10	до	21	9	от	69	до	79
5	от	22	до	32	10	от	80	до	132

Шкала інтернальності в області досягнень

1	от	-36	до	-11	6	от	6	до	9
2	от	-10	до	-7	7	от	10	до	14
3	от	-6	до	-3	8	от	15	до	18
4	от	-2	до	1	9	от	19	до	22
5	от	2	до	5	10	от	23	до	36

Шкала інтернальності в області невдач

1	от	-36	до	-8	6	от	8	до	11
2	от	-7	до	-4	7	от	12	до	15
3	от	-3	до	0	8	от	16	до	19
4	от	1	до	4	9	от	20	до	23
5	от	5	до	7	10	от	24	до	36

Шкала інтернальності в сімейних відносинах

1	от	-30	до	-12	6	от	4	до	6
2	от	-11	до	-8	7	от	7	до	10
3	от	-7	до	-5	8	от	11	до	13
4	от	-4	до	-1	9	от	14	до	17
5	от	0	до	3	10	от	18	до	30

Шкала інтернальності у виробничих відносинах

1	от	-30	до	-5	6	от	12	до	15
2	от	-4	до	-1	7	от	16	до	19
3	от	0	до	3	8	от	20	до	23
4	от	4	до	7	9	от	24	до	27
5	от	8	до	11	10	от	28	до	30

Шкала інтернальності в області міжособистісних відносинах

1	от	-12	до	-7	6	от	2	до	4
2	от	-6	до	-5	7	от	5	до	6
3	от	-4	до	-3	8	от	7	до	8
4	от	-2	до	-1	9	от	9	до	10
5	от	0	до	1	10	от	11	до	12

Шкала інтернальності стосовно здоров'я і хвороби

1	от	-12	до	-6	6	от	3	до	4
2	от	-5	до	-4	7	от	5	до	6
3	от	-3	до	-2	8	от	7	до	8
4	от	-1	до	0	9	от	9	до	10
5	от	1	до	2	10	от	11	до	12

Результати можуть бути представлені у вигляді графіка або у вигляді профілю.

Побудова профілю УСК

На профілі УСК пряма лінія, що проходить через 5,5 стіна, відповідає нормі. Відхилення вгору за окремими шкалами свідчить про інтернальний типі контролю над відповідними ситуаціями, відхилення вниз – про екстернальний типі контролю. Таким чином, може бути оцінений як загальний тип контролю, так і співвідношення показників за окремими шкалами між собою.

Таблиця 7.1 – Таблиця переведення «сирих» балів у стандартні оцінки

Стени	«Сирі» бали													
	ЗІ інтервал		ІД інтервал		ІН інтервал		ІС інтервал		ІВ інтервал		ІМ інтервал		ІЗ інтервал	
	от	до	от	до	от	до	от	до	от	до	от	до	от	до
1	-132	-14	-36	-11	-36	-8	-30	12	-30	-5	-12	-7	-12	-6
2	-13	-3	-10	-7	-7	-4	-11	-8	-4	-1	-6	-5	-5	-4
3	-2	0	-6	-3	-3	0	-7	-5	0	3	-4	-3	-3	-2
4	10	21	-2	1	1	4	-4	-1	4	7	-2	-1	-1	0
5	22	32	2	5	5	7	0	3	8	11	0	1	1	2
6	33	44	6	9	8	11	4	6	12	15	2	4	3	4
7	45	56	10	14	12	15	7	10	16	19	5	6	5	6
8	57	68	15	18	16	19	11	13	20	23	7	8	7	8
9	69	79	19	22	20	23	14	17	24	27	9	10	9	10
10	80	132	23	36	24	36	18	30	28	30	11	12	11	12

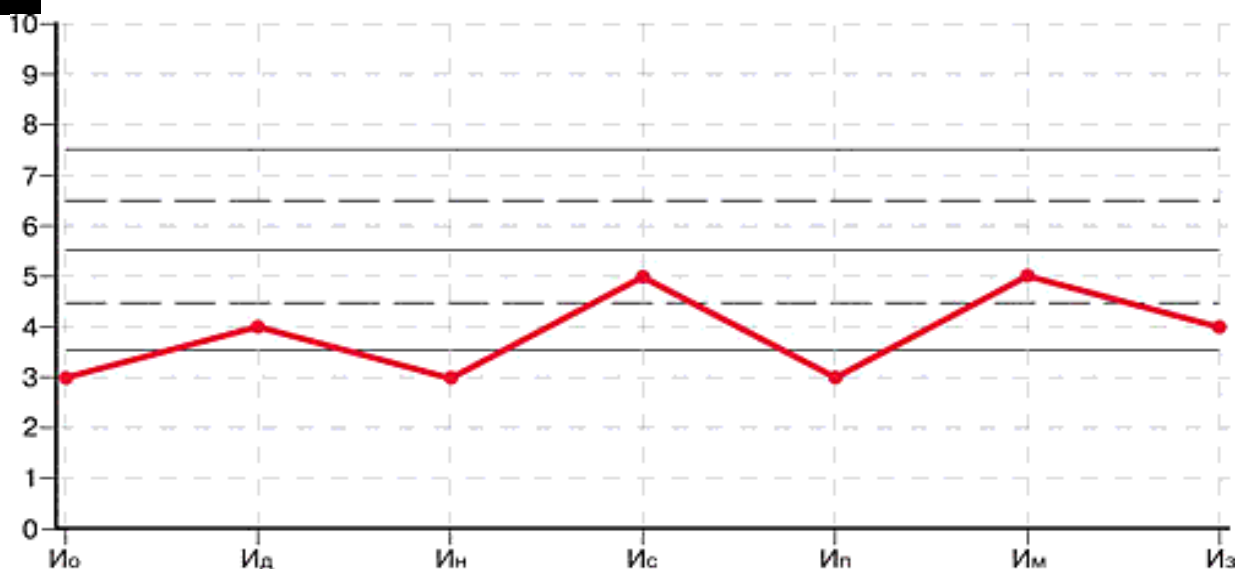


Рисунок 7.1 – Приклад графіка

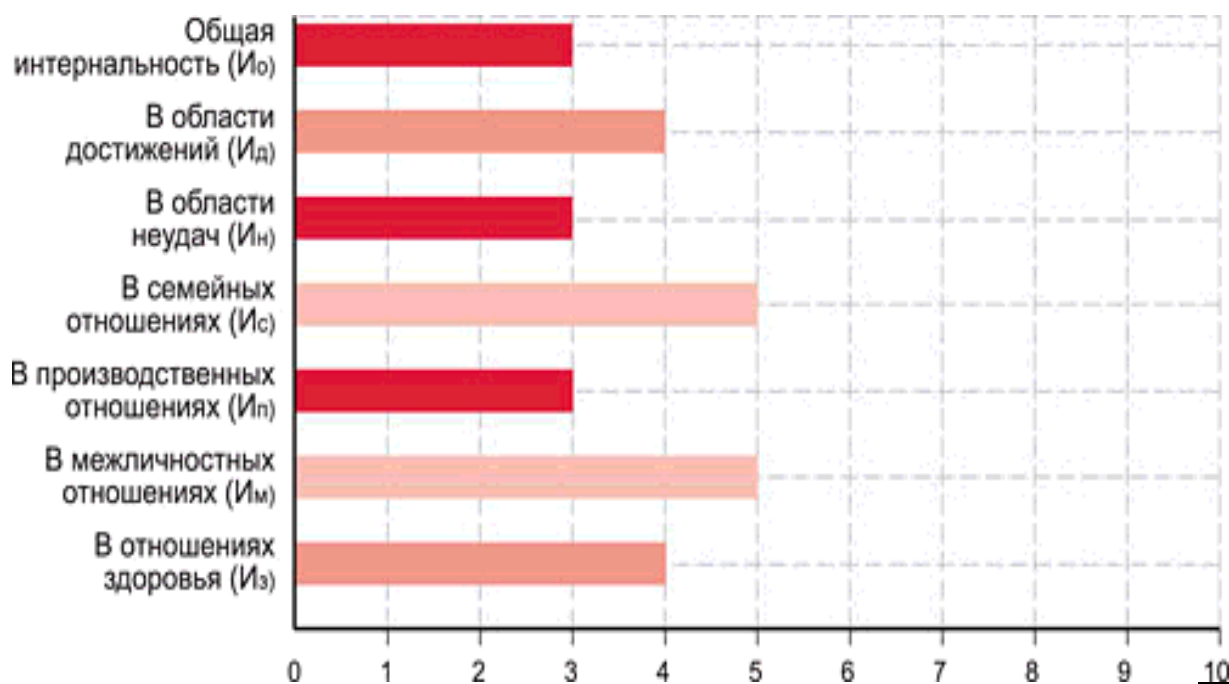


Рисунок 7.2 – Приклад профілю

Контрольні питання

1. Що таке «локус контролю»?
2. Які крайні типи локусу контролю існують?
3. Перелічіть парціальні шкали локусу контролю.
4. Про що свідчить високий показник інтернальності міжособистісних відносин?
5. Що показує профіль УСК?

ПРАКТИЧНА РОБОТА № 8

ДИФЕРЕНЦІЙНО-ДІАГНОСТИЧНИЙ ОПРОСНИК

(ДДО; Е. А. КЛИМОВ)

Мета роботи: згідно представленої методикою визначити найбільш підходящий тип професії згідно класифікації типів професій Е. А. Климова.

Загальні відомості

Відповідно до даної методики розглядається п'ять основних типів професій:

I. «Людина – природа». Якщо ви любите працювати в саду, городі, доглядати за рослинами, тваринами, любите предмет біології, то ознайомтеся з професіями типу «людина – природа».

Предметом праці для представників більшості професій типу «людина природа» є:

- тварини, умови їх зростання, життя;
- рослини, умови їх зростання.

Фахівцям у цій галузі доводиться виконувати наступні види діяльності:

- вивчати, досліджувати, аналізувати стан, умови життя рослин або тварин (агроном, мікробіолог, зоотехнік, гідробіолог, агрохімік, фітопатолог);
- вирощувати рослини, доглядати за тваринами (лісівник, рільник, квітникар, овочівник, птахівник, тваринник, садівник, бджоляр);
- проводити профілактику захворювань рослин і тварин (ветеринар, лікар карантинної служби).

Психологічні вимоги професій «людина – природа»:

- розвинену уяву, наочно-образне мислення, хороша зорова пам'ять, спостережливість, здатність передбачати й оцінювати мінливі природні фактори;
- оскільки результати діяльності виявляються після досить тривалого часу, фахівець повинен володіти терпінням, наполегливістю, повинний бути готовим працювати поза колективів, іноді у важких погодних умовах, в бруді і т. п.

II. «Людина – техніка». Якщо вам подобаються лабораторні роботи з фізики, хімії, електротехніці, якщо ви робите моделі, розбираєтеся в побутовій техніці, якщо ви хочете створювати, експлуатувати або ремонтувати машини, механізми, апарати, верстати, то ознайомтеся з професіями «людина – техніка».

Предметом праці для представників більшості професій типу «людина техніка» є:

- технічні об'єкти (машини, механізми);
- матеріали, види енергії.

Фахівцям у цій галузі доводиться виконувати наступні види діяльності:

- створення, монтаж, складання технічних пристроїв (фахівці проектують, конструюють технічні системи, пристрої, розробляють процеси їх виготовлення. З окремих вузлів, деталей збирають машини, механізми, прилади, регулюють і налагоджують їх);
- експлуатація технічних пристроїв (фахівці працюють на верстатах, керують транспортом, автоматичними системами);
- ремонт технічних пристроїв (фахівці виявляють, розпізнають несправності технічних систем, приладів, механізмів, ремонтують, регулюють, налагоджують їх).

Психологічні вимоги професій «людина – техніка»:

- хороша координація рухів;
- точне зорове, слухове, вібраційне і кінестетичне сприйняття;
- розвинене технічне і творче мислення і уява;
- уміння переключати і концентрувати увагу;
- спостережливість.

III. «Людина – знакова система». Якщо ви любите виконувати обчислення, креслення, схеми, вести картотеки, систематизувати різні відомості, якщо ви хочете займатися програмуванням, економікою чи статистикою і т. П., То знайомтеся з професіями типу «людина – знакова система». Більшість професій цього типу пов'язано з переробкою інформації.

Предметом праці для представників більшості професій типу «людина знакова система» є:

- тексти на рідній або іноземній мовах (редактор, коректор, друкарка, діловод, телеграфіст, складач);
- цифри, формули, таблиці (програміст, оператор ЗВМ, економіст, бухгалтер, статистик);
- креслення, схеми, карти (конструктор, інженер–технолог, кресляр, копіювальник, штурман, геодезист);
- звукові сигнали (радист, стенографіст, телефоніст, звукооператор).

Психологічні вимоги професій «людина – знакова система»:

- хороша оперативна і механічна пам'ять;
- здатність до тривалої концентрації уваги на відверненому (знаковому) матеріалі;
- хороший розподіл і переключення уваги;
- точність сприйняття, уміння бачити те, що стоїть за умовними знаками;
- посидючість, терпіння;
- логічне мислення.

IV. «Людина – художній образ».

Предметом праці для представників більшості професій типу «людина знакова система» є:

- художній образ, способи його створення.

Фахівцям у цій галузі доводиться виконувати наступні види діяльності:

- створення, проектування художніх творів (письменник, художник, композитор, модельєр, архітектор, скульптор, журналіст, хореограф);
- відтворення, виготовлення різних виробів за зразком (ювелір, реставратор, гравер, музикант, актор, столяр – червонодеревник);
- розмноження художніх творів у масовому виробництві (майстер по розпису порцеляни, шліфувальник по каменю і кришталю, маляр, друкар).

Психологічні вимоги професій «людина – художній образ»:

- художні здібності; розвинене зорове сприйняття;
- спостережливість, зорова пам'ять; наочно-образне мислення; творчу уяву;
- знання психологічних законів емоційного впливу на людей.

V. «Людина – людина».

Предметом праці для представників більшості професій типу «людина людина» є:

- люди.

Фахівцям у цій галузі доводиться виконувати наступні види діяльності:

- виховання, навчання людей (вихователь, учитель, спортивний тренер);
- медичне обслуговування (лікар, фельдшер, медсестра, няня);
- побутове обслуговування (продавець, перукар, офіціант, вахтер);
- інформаційне обслуговування (бібліотекар, екскурсовод, лектор);
- захист суспільства і держави (юрист, міліціонер, інспектор, військовослужбовець).

Психологічні вимоги професій «людина – людина»:

- прагнення до спілкування, вміння легко вступати в контакт з незнайомими людьми;
- стійке хороше самопочуття при роботі з людьми;
- доброзичливість, чуйність;
- витримка;
- вміння стримувати емоції;
- здатність аналізувати поведінку оточуючих і своє власне, розуміти наміри і настрої інших людей, здатність розбиратися у взаєминах людей, уміння улагоджувати розбіжності між ними, організовувати їх взаємодію;

- здатність подумки ставити себе на місце іншої людини, уміння слухати, враховувати думку іншої людини;
- здатність володіти мовою, мімікою, жестами;
- розвинена мова, здатність знаходити спільну мову з різними людьми;
- уміння переконувати людей;
- акуратність, пунктуальність, зібраність;
- знання психології людей.

Вихідні дані до тестування

У кожній з 20 пар пропонованих видів діяльності вибрати тільки один вид і у відповідній клітині аркуша відповідей поставити знак «+».

Час обстеження не обмежується, але загальний час тестування не повинне перевищувати 20–30 хвилин.

«Припустимо, що після відповідного навчання Ви зможете виконати будь-яку роботу. Але якби Вам довелося вибирати тільки з двох можливостей, що б Ви віддали перевагу? «

- 1а. Доглядати за тваринами
- 1б. Обслуговувати машини, прилади (стежити, регулювати)
- 2а. Допомогати хворим
- 2б. Складати таблиці, схеми, програми для обчислювальних машин
- 3а. Стежити за якістю книжкових ілюстрацій, плакатів, художніх листівок, грамплатівок
- 3б. Стежити за станом, розвитком рослин
- 4а. Обробляти матеріали (дерево, тканина, метал, пластмасу і т.п.)
- 4б. Доводити Товари до споживача, рекламувати, продавати
- 5а. Обговорювати науково-популярні книги, статті
- 5б. Обговорювати художні книги (або п'єси, концерти)
- 6а. Вирощувати молодняк (тварин якої-небудь породи)
- 6б. Тренувати товаришів (або молодших) у виконанні яких-небудь дій (трудових, навчальних, спортивних)
- 7а. Копіювати малюнки, зображення (або налагоджувати музичні інструменти)
- 7б. Керувати будь-яким вантажним (підйомним чи транспортним) засобом – підйомним краном, трактором, тепловозом і ін.
- 8а. Повідомляти, роз'яснювати людям потрібні їм відомості (у довідковому бюро, на екскурсії і т.д.)
- 8б. Оформляти виставки, вітрини (або брати участь у підготовці п'єс, концертів)
- 9а. Ремонтувати речі, вироби (одяг, техніку), житло

- 9б. Шукати і виправляти помилки в текстах, таблицях, малюнках
- 10а. Лікувати тварин
- 10б. Виконувати обчислення, розрахунки
- 11а. Виводити нові сорти рослин
- 11б. Конструювати, проектувати нові види промислових виробів (машини, одяг, будинки, продукти харчування тощо)
- 12а. Розбирати суперечки, сварки між людьми, переконувати, роз'яснювати, карати, заохочувати
- 12б. Розбиратися в кресленнях, схемах, таблицях (перевіряти, уточнювати, упорядковувати)
- 13а. Спостерігати, вивчати роботу гуртків художньої самодіяльності
- 13б. Спостерігати, вивчати життя мікробів
- 14а. Обслуговувати, налагоджувати медичні прилади, апарати
- 14б. Надавати людям медичну допомогу при пораненнях, ударах, опіках і т.п.
- 15а. Художньо описувати, зображати події (спостережувані і подаються)
- 15б. Складати точні описи-звіти про спостережувані явища, події, вимірювані об'єкти і ін.
- 16а. Робити лабораторні аналізи в лікарні
- 16б. Приймати, оглядати хворих, розмовляти з ними, призначати лікування
- 17а. Фарбувати чи розписувати стіни приміщень, поверхню виробів
- 17б. Здійснювати монтаж або зборку машин, приладів
- 18а. Організувати культпоходи однолітків або молодших в театри, музеї, екскурсії, туристичні походи тощо
- 18б. Грати на сцені, брати участь у концертах
- 19а. Виготовляти по кресленнях деталі, вироби (машини, одяг), будувати будівлі
- 19б. Займатися кресленням, копіювати креслення, карти
- 20а. Вести боротьбу з хворобами рослин, з шкідниками лісу, саду
- 20б. Працювати на клавішних машинах (друкарській машинці, телетайпі, складальній машині та ін.)

Обробка та інтерпретація результатів тесту

Типи професій	Номери питань
Людина-природа	1а, 3б, 6а, 10а, 11а, 13б, 16а, 20а
Людина-техніка	1б, 4а, 7б, 9а, 11б, 14а, 17б, 19а
Людина-людина	2а, 4б, 6б, 8а, 12а, 14б, 16б, 18а
Людина-знакова система	2б, 5а, 9б, 10б, 12б, 15а, 19б, 20б
Людина-художній образ	3а, 5б, 7а, 8б, 13а, 15б, 17а, 18б

За кожне збіг з ключем нараховується один бал.

Інтерпретація результатів тесту

Випробуваному рекомендується вибрати той тип професій, який отримав максимальну кількість знаків балів. Назва типів професій:

- «людина-природа» – всі професії, пов'язані з рослинництвом, тваринництвом і лісовим господарством;
- «людина-техніка» – все технічні професії;
- «людина-людина» – все професії, пов'язані з обслуговуванням людей, зі спілкуванням;
- «людина-знак» – все професії, пов'язані з обрахуванням, цифровими і літерними знаками, в тому числі і музичні спеціальності;
- «людина-художній образ» – все творчі спеціальності.

Контрольні питання

1. Для чого необхідно визначати найбільш підходящий тип професії?
2. Назвіть 5 основних видів професій за Е. А. Климову.
3. Що є предметом праці представників типу професій «людина-природа»?
4. Які види діяльності виконують представники типу професій «людина-техніка»?
5. Назвіть психологічні вимоги професій «людина-художній образ»

ПРАКТИЧНА РОБОТА № 9

ВЕРБАЛЬНИЙ ТЕСТ ІНТЕЛЕКТУ Г. АЙЗЕНКА (ТЕСТ IQ)

Мета роботи: згідно представленої методики оцінити рівень інтелектуальних здібностей, а також визначити здібності до нестандартного мислення.

Загальні відомості

Коефіцієнт інтелекту (англ. IQ – intelligence quotient) – кількісна оцінка рівня інтелекту людини: рівень інтелекту відносно рівня інтелекту середньостатистичної людини такого ж віку. Визначається за допомогою спеціальних тестів. Тести IQ розраховані на оцінку розумових здібностей, а не рівня знань (ерудованості). Коефіцієнт інтелекту є спробою оцінки фактору загального інтелекту (g).

Тест Айзенка – тест коефіцієнта інтелекту (IQ), розроблений англійським психологом Хансом Айзенком. Цей тест Айзенка відомий тим, що отримав нобелівську премію в 1996 році по категорії «мислення».

Тести на інтелект призначені для загальної оцінки інтелектуальних здібностей з використанням словесного, цифрового і графічного матеріалу з різними способами формулювання завдань. Таким чином, можна сподіватися на взаємну нейтралізацію достоїнств і недоліків; наприклад, людина, яка може добре впоратися зі словесними завданнями, але погано вирішує арифметичні задачі, не отримає будь-яких переваг, але й не опиниться в не вигідному становищі, оскільки обидва види завдань представлені в тестах приблизно порівну.

Тести IQ розробляються так, щоб результати описувалися нормальним розподілом з середнім значенням IQ, рівним 100 і таким розкидом, щоб 50% людей мали IQ між 90 і 110 і по 25% – нижче 90 і вище 110. Значення IQ менше 70 зазвичай кваліфікується як розумова відсталість.

Вихідні дані до тестування

На виконання тесту дається рівно 30 хв. Не затримуйтеся занадто довго над одним завданням. Може бути, що ви перебуваєте на хибному шляху і краще перейти до наступної задачі. Але й не здавайтеся занадто легко; більшість завдань піддається вирішенню, якщо ви проявите трохи наполегливості. Продовжувати роздумувати над завданням або відмовитися від спроб і перейти до наступного – підкаже здоровий глузд. Пам'ятайте при цьому, що до кінця серії завдання стають загалом важче. Будь-якій людині під силу вирішити частину запропонованих завдань, але ніхто не в змозі впоратися з усіма завданнями за півгодини.

Відповідь на завдання складається з одного числа, букви або слова. Іноді потрібно зробити вибір з декількох можливостей, іноді ви самі повинні вгадати відповідь. Відповідь напишіть у вказаному місці. Якщо ви не в змозі вирішити задачу – не слід писати відповідь навмання. Якщо ж у вас є ідея, але ви не впевнені в ній, то відповідь все-таки проставте.

Тест не містить «каверзних» завдань, але завжди доводиться розглядати кілька шляхів вирішення. Перш ніж приступити до вирішення, упевніться, що ви правильно зрозуміли, що від вас вимагається. Ви даремно втратите час, якщо візьметесь за вирішення, не усвідомивши, в чому полягає завдання.

Примітки:

- Крапки позначають кількість букв в пропущеному слові. Наприклад, (...) означає, що пропущене слово складається з чотирьох букв.
- Для вирішення деяких завдань потрібно використовувати послідовність літер російського алфавіту без букви «ё».

ТЕСТ

1. Вставте слово, яке означало б те ж саме, що і слова, що стоять поза дужками.

ТКАНЬ (...) СОСТОЯНИЕ ВЕЩЕСТВА

2. Вставте слово, яке служило б закінченням першого слова і початком другого.

ГО(...)КОТ

3. Вирішіть анаграми і виключіть зайве слово.

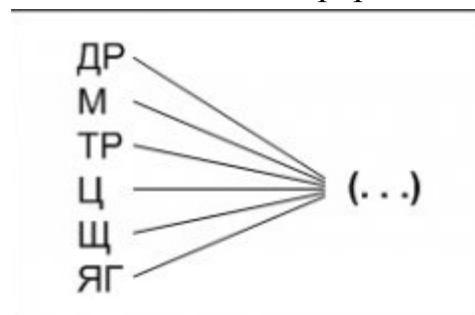
КОХЙЕК

СНІНЕТ

ОЖІВТ

ЛУФОБТ

4. Знайдіть спільне закінчення для всіх перерахованих слів.



5. Вставте слово, яке означало б те ж, що і слова, що стоять поза дужками.

ЖИВОТНОЕ (. . .) МОНАХ

6. Вставте слово, яке служило б закінченням першого слова і початком другого.

СНА (. . .) ОВОЙ

7. Виключіть зайве слово.

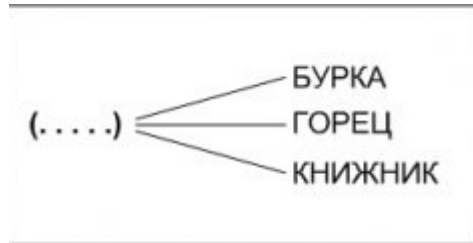
ОЗУКРА

НИШПАЯЛ

НИБОВОС

НИШКУП

8. Знайдіть загальний початок для трьох наступних слів.



9. Вставте слово, яке означало б те ж, що і слова, що стоять поза дужками.

РОДНИК (. . . .) ОТМЫЧКА

10. Вставте слово, яке служило б закінченням першого слова і початком другого.

ПЕ (...) ОЛ

11. Виключіть зайве слово.

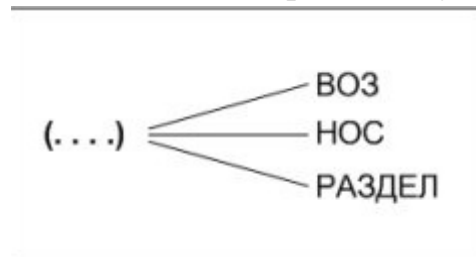
АЧТПО

АИДРО

ФАГРЕЛТЕ

КТЕВИНЦ

12. Знайдіть загальний початок для трьох наступних слів.



13. Знайдіть слово, яке служило б закінченням першого слова і початком другого.

ТА (...) АТ

14. Знайдіть слово, яке означало б те ж, що і слова, що стоять поза дужками.

БИТВА (.) РУГАНЬ

15. Виключіть зайве слово.

АПНИСЕЛЬ

ЯШВИН

ТАСУПАК

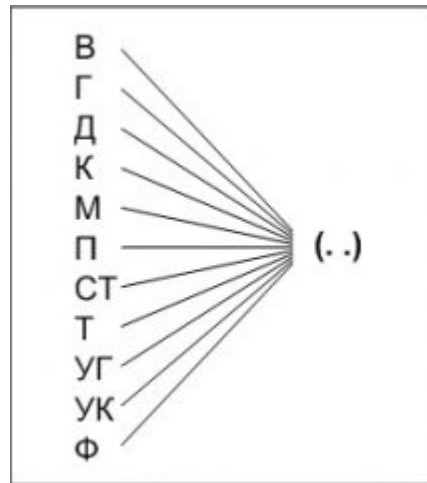
АКАЧКБО

ШУРГА

16. Вставте слово, яке служило б закінченням першого слова і початком другого.

БАЛ (. . .) ЕДА

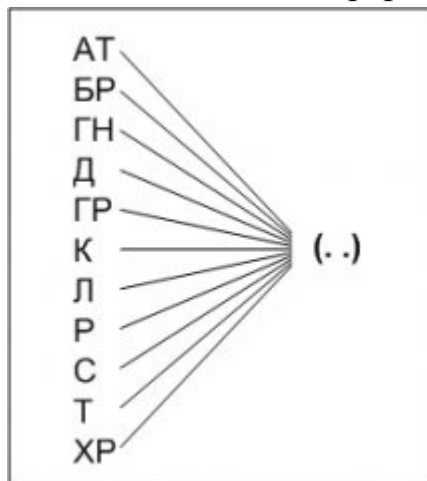
17. Знайдіть спільне закінчення для наступних слів.



18. Виключіть зайве слово.

ЮКИЛТ
ЛЮТАНЬП
АЛИФАК
ОЗАР
ЛСТУ

19. Знайдіть спільне закінчення для всіх перерахованих слів.



20. Вставте слово, яке означало б те ж, що і слова, що стоять поза дужками.

РЫБА (. . . .) НАКЛОННАЯ ПОВЕРХНОСТЬ

21. Знайдіть слово, яке служило б закінченням першого слова і початком другого.

ДИК (.) ЕЦ

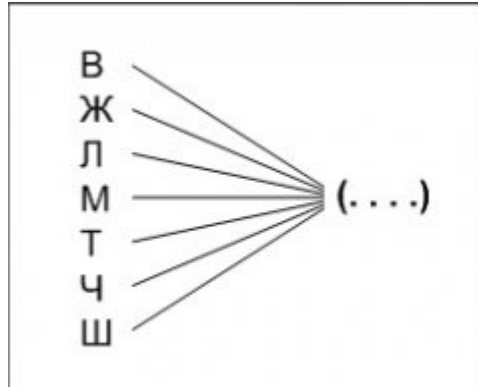
22. Виключіть зайве слово

РАКОЧВА
ЛЬБГДОУ
ЕХРО
ЛУПЕДЬ

23. Вставте слово, яке означало б те ж, що і слова, що стоять поза дужками.

НАСЫПЬ (...) ВРАЩАЮЩИЙСЯ СТЕРЖЕНЬ

24. Знайдіть спільне закінчення для всіх наступних слів.



25. Вставте слово, яке служило б закінченням першого слова і початком другого.

СА (. . .) ОН

26. Виключіть зайве слово.

ЗМАТЕ
РАЖПИ
АГОВЛ
ИНЕРГ

27. Вставте слово, яке означало б те ж, що і слова, що стоять поза дужками.

ЧАСТЬ ОДЕЖДЫ (.....) ГРУЗОПОДЪЕМНЫЙ МЕХАНИЗМ

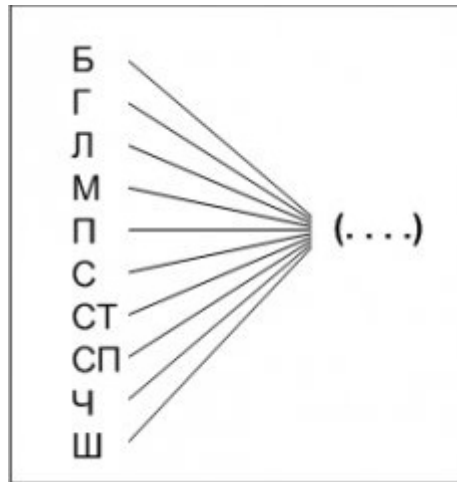
28. Вставте слово, яке служило б закінченням першого слова і початком другого.

У (....) Ь

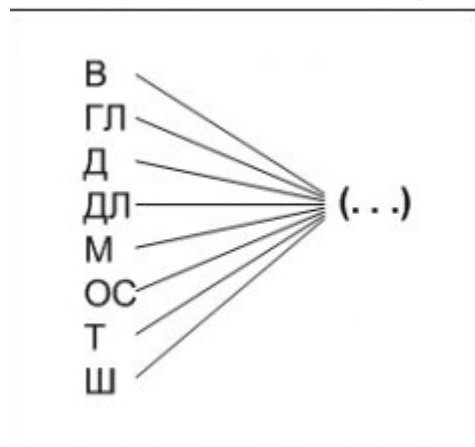
29. Виключіть зайве слово.

СЛОО
ОКОТИ
ООТРОНТ
РЕБЛАГД

30. Знайдіть спільне закінчення для всіх наступних слів.



31. Знайдіть спільне закінчення для всіх наступних слів.



32. Вставте слово, яке означало б те ж, що і слова, що стоять поза дужками.

ЖИВОТНОЕ (....) НЕЖНОСТЬ

33. Вставте слово, яке служило б закінченням першого слова і початком другого.

КОВЕР (...) ЛЕТА

34. Виключіть зайве слово.

ЛЕОР
БЕОРОЙВ
КОВАОРЖОН
ФЕЛИНДЬ

35. Знайдіть спільне закінчення для всіх наступних слів.



36. Вставте слово, яке служило б закінченням першого слова і початком другого.

КАБ (...) ОШКО

37. Виключіть зайве слово.

НЙЕНЙЭШТ

КИНСЕКД

ВЕХЧО

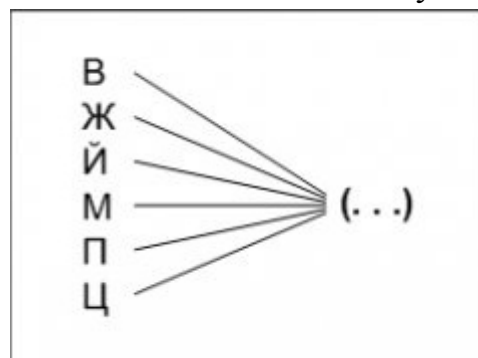
КЗААЛЬБ

СЙТООТЛ

38. Вставте слово, яке означало б те ж, що і слова, що стоять поза дужками.

САМОВОЛЬНЫЙ УХОД (.....) МОЛОДАЯ ВЕТКА

39. Знайдіть спільне закінчення для всіх наступних слів.



40. Вставте слово, яке означало б те ж, що і слова, що стоять поза дужками.

ПРЕДЛОГ (.....) РЕМЕНЬ УЗДЫ

41. Вставте слово, яке служило б закінченням першого слова і початком другого.

С (...) ОКНО

42. Виключіть зайве слово.

ЛИОРЗТЕВЕ ОИКСМТ РКМОА МИТТЕР

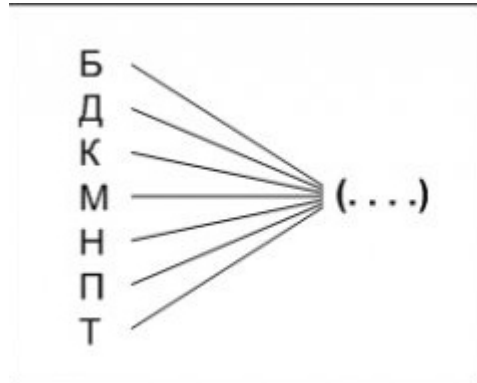
43. Вставте слово, яке означало б те ж, що і слова, що стоять поза дужками.

КОСТОЧКА ПАЛЬЦА (.....) ПАУКООБРАЗНОЕ

44. Вставте слово, яке служило б закінченням першого слова і початком другого.

ГА(...)РЕЛЬ

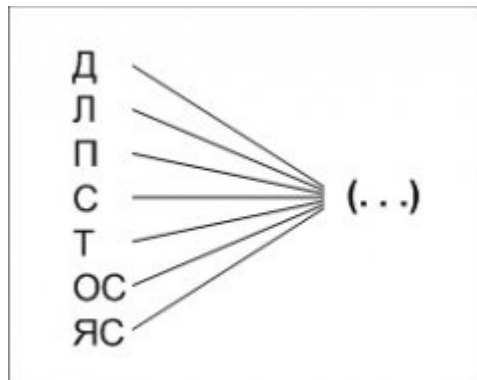
45. Знайдіть спільне закінчення для всіх наступних слів.



46. Виключіть зайве слово.

ЗОАК
РЕОББ
СФОМАРЕ
ШАДОЛЬ

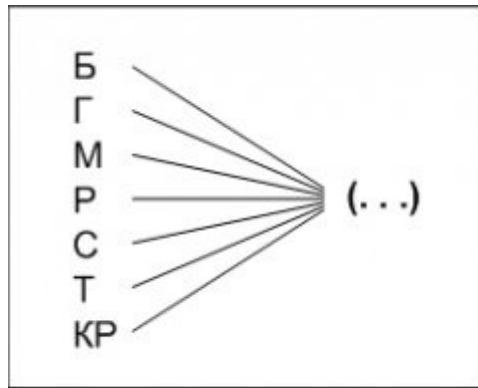
47. Знайдіть спільне закінчення для всіх наступних слів.



48. Вставте слово, яке служило б закінченням першого слова і початком другого.

Г (...) ОЖА

49. Знайдіть спільне закінчення для всіх наступних слів.



50. Виключіть зайве слово.

ТРБА КПИРАКС ТРСАЕС АТМЬ НКВЧУА

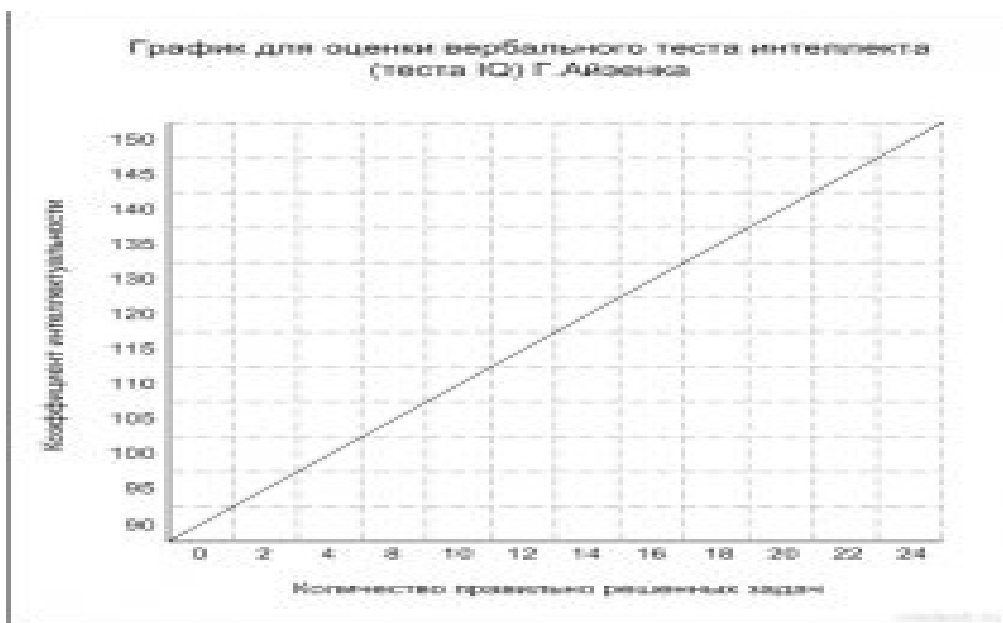


Рисунок 9.1 – Обработка та інтерпретація результатів тесту

Відкладіть на горизонтальній лінії відповідного графіка кількість правильно вирішених завдань. Потім проведіть вертикаль до перетину з діагональною лінією. Від точки перетину проведіть горизонтальну лінію вліво. Точка на вертикальній осі відповідає вашому КІ (коефіцієнту інтелекту).

Контрольні запитання

1. Що таке коефіцієнт інтелекту?
2. Для чого призначені тести на інтелект?
3. На що розраховані тести IQ?
4. Чим відомий даний тест Айзенка?
5. Про що свідчить значення IQ менш ніж 70?

ПРАКТИЧНА РОБОТА № 10

ДІАГНОСТИКА ОСОБИСТІСНОЇ КРЕАТИВНОСТІ (Е. Е. ТУНІК)

Мета роботи: згідно даній методиці визначити чотири особливості творчої особистості: допитливість (Д); уяву (У); складність (С) і схильність до ризику (Р).

Загальні відомості

Основні критеріальні прояви досліджуваних факторів:

- **Допитливість.** Суб'єкт з вираженою допитливістю найчастіше запитує всіх і про все, йому подобається вивчати як влаштовані механічні речі, він постійно шукає нові шляхи (засоби) мислення, любить вивчати нові речі та ідеї, шукає різні можливості вирішення завдань, вивчає книги, ігри, карти, картини і т. д., щоб пізнати якомога більше.

- **Уява.** Суб'єкт з розвиненою уявою: вигадує розповіді про місця, які він ніколи не бачив; уявляє, як інші будуть вирішувати проблему, яку він вирішує сам; мріє про різні місця і речі; любить думати про явища, з якими не стикався; бачить те, що зображено на картинах і малюнках, незвично, не так, як інші; часто відчуває здивування з приводу різних ідей і подій.

- **Складність.** Суб'єкт орієнтований на пізнання складних явищ, проявляє цікавість до складних речей та ідей; любить ставити перед собою важкі завдання; любить вивчати щось без сторонньої допомоги; проявляє наполегливість, щоб досягти своєї мети; пропонує занадто складні шляхи вирішення проблеми, ніж це є необхідним; йому подобаються складні завдання.

- **Схильність до ризику.** Проявляється в тому, що суб'єкт буде відстоювати свої ідеї, не звертаючи уваги на реакцію інших; ставить перед собою високі цілі і намагається їх здійснити; допускає для себе можливість помилок і провалів; любить вивчати нові речі або ідеї і не піддається сторонньому впливу; не надто заклопотаний, коли інші люди висловлюють своє несхвалення; воліє мати шанс ризикнути, щоб дізнатися, що з цього вийде.

Нормативні дані для російських досліджувальників по 4-факторному опитувальнику:

Фактори креативності

Середнє, М Стандартні відхилення, Δ

Допитливість 17,8 3,9

Уява 15,6 4,8

Складність 17,2 4,4

Схильність до ризику 17,0 -

Сумарний 67,6 16,0

Вихідні дані до тестування

Це тестування допоможе вам з'ясувати, наскільки творчою особистістю ви себе вважаєте. Оцінити кожне речення за чотирма критеріями:

так (в основному вірно); може бути (частково вірно); ні (не вірно); не знаю (не можу вирішити)

1. Якщо я не знаю правильної відповіді, то спробую здогадатися про неї.
2. Я люблю розглядати предмет ретельно і детально, щоб виявити деталі, яких не бачив раніше.
3. Зазвичай я задаю питання, якщо чогось не знаю.
4. Мені не подобається планувати справи заздалегідь.
5. Перед тим як грати в нову гру, я повинен переконатися, що зможу виграти.
6. Мені подобається уявляти собі те, що мені потрібно буде дізнатися або зробити.
7. Якщо щось не вдається з першого разу, я буду працювати до тих пір, поки не зроблю це.
8. Я ніколи не оберу гру, з якою інші незнайомі.
9. Краще я буду робити все як завжди, ніж шукати нові засоби.
10. Я люблю з'ясовувати, чи так все насправді.
11. Мені подобається займатися чимось новим.
12. Я люблю заводити нових друзів.
13. Мені подобається думати про те, чого зі мною ніколи не траплялося.
14. Зазвичай я не витрачаю час на мрії про те, що коли-небудь стану відомим артистом, музикантом, поетом
15. Деякі мої ідеї так захоплюють мене, що я забуваю про все на світі.
16. Мені більше сподобалося б жити і працювати на космічній станції, ніж тут, на Землі.
17. Я нервую, якщо не знаю, що станеться далі.
18. Я люблю те, що незвично.
19. Я часто намагаюся уявити, про що думають інші люди.
20. Мені подобаються розповіді або телевізійні передачі про події, що трапилися в минулому.
21. Мені подобається обговорювати мої ідеї в компанії друзів.
22. Я зазвичай зберігаю спокій, коли роблю щось не так або помиляюся.
23. У майбутньому мені хотілося б зробити або вчинити щось таке, що нікому не вдавалося до мене.
24. Я обираю друзів, які завжди роблять все звичним способом.
25. Багато з існуючих правил мене зазвичай не влаштовують.
26. Мені подобається вирішувати навіть таку проблему, яка не має правильної відповіді.

27. Існує багато речей, з якими мені хотілося б поекспериментувати.
28. Якщо я одного разу знайшов відповідь на питання, я буду дотримуватися її, а не шукати інші відповіді.
29. Я не люблю виступати перед групою.
30. Коли я читаю або дивлюся телевізор, я уявляю себе ким-небудь з героїв.
31. Я люблю уявляти собі, як жили люди 200 років тому.
32. Мені не подобається, коли мої друзі нерішучі.
33. Я люблю досліджувати старі валізи і коробки, щоб просто подивитися, що в них може бути.
34. Мені хотілося б, щоб мої батьки і керівники робили все як завжди і не змінювалися.
35. Я довіряю своїм почуттям, передчуттям.
36. Цікаво припустити що-небудь і перевірити, чи правий я.
37. Цікаво братися за головоломки та ігри, в яких необхідно розраховувати свої подальші ходи.
38. Мене цікавлять механізми, цікаво подивитися, що у них всередині і як вони працюють.
39. Моїм друзям не подобаються дурні ідеї.
40. Я люблю вигадувати щось нове, навіть якщо це неможливо застосувати на практиці.
41. Мені подобається, коли всі речі лежать на своїх місцях.
42. Мені було б цікаво шукати відповіді на питання, які виникнуть в майбутньому.
43. Я люблю братися за нове, щоб подивитися, що з цього вийде.
44. Мені цікавіше грати в улюблені ігри просто заради задоволення, а не заради виграшу.
45. Мені подобається роздумувати про щось цікаве, про те, що ще нікому не приходило в голову.
46. Коли я бачу картину, на якій зображений хто-небудь незнайомий мені, мені цікаво дізнатися, хто це.
47. Я люблю гортати книги та журнали для того, щоб просто подивитися, що в них.
48. Я думаю, що на більшість питань існує одна правильна відповідь.
49. Я люблю ставити питання про такі речі, про які інші люди не замислюються.
50. У мене є багато цікавих справ як на роботі (навчальному закладі), так і вдома.

Обробка та інтерпретація результатів тесту

При оцінці даних опитувальника використовуються чотири фактори, які тісно корелюють з творчими проявами особистості. Вони включають Допитливість (Д), Уява (У), Складність (С) і Схильність до ризику (Р). Ми отримуємо чотири «сирих» показника по кожному фактору, а також загальний сумарний показник.

Схильність до ризику(відповіді, оцінювані в 2 бали)

- позитивні відповіді: 1, 21, 25, 35, 36, 43, 44;
- негативні відповіді: 5, 8, 22, 29, 32, 34;
- всі відповіді на дані питання у формі «може бути» оцінюються в 1 бал;
- всі відповіді «не знаю» на дані питання оцінюються в –1 бал і віднімаються із загальної суми.

Допитливість(відповіді, оцінювані в 2 бали)

- позитивні відповіді: 2, 3, 11, 12, 19, 27, 33, 37, 38, 47, 49;
- негативні відповіді: 28;
- всі відповіді «може бути» оцінюються в +1 бал, а відповіді «не знаю» – в –1 бал.

Складність(відповіді, оцінювані в 2 бали)

- позитивні відповіді: 7, 15, 18, 26, 42, 50;
- негативні: 4, 9, 10, 17, 24, 41, 48;
- всі відповіді у формі «може бути» оцінюються в +1 бал, а відповіді «не знаю» – в –1 бал.

Уява(відповіді, оцінювані в 2 бали)

- позитивні: 13, 16, 23, 30, 31, 40, 45, 46;
- негативні: 14, 20, 39;
- всі відповіді «може бути» оцінюються в +1 бал, а відповіді «не знаю» – в –1 бал.

У даному випадку визначення кожного з чотирьох факторів креативності особистості здійснюється на основі позитивних і негативних відповідей, оцінюваних в 2 бали, частково збігаються з ключем (у формі «може бути»), що оцінюються в 1 бал, і відповідей «не знаю», оцінюваних в – 1 бал.

Використання цієї оцінювальної шкали дає право «покарати» недостатньо творчу, нерішучу особистість.

Цей опитувальник розроблений для того, щоб оцінити, якою мірою здатними на ризик (Р), допитливими (Д), що володіють уявою (У) і які віддають перевагу складним ідеям (С) вважають себе випробовувані. З 50 пунктів 12

тверджень відносяться до допитливості, 12 – до уяви, 13 – до здатності йти на ризик, 13 тверджень – до фактору складності.

Якщо всі відповіді збігаються з ключем, то сумарний «сирий» бал може дорівнювати 100, якщо не відзначені пункти «не знаю».

Якщо випробуваний дає всі відповіді у формі «може бути», то його «сира» оцінка може скласти 50 балів у разі відсутності відповідей «не знаю».

Кінцева кількісна вираженість того чи іншого фактору визначається шляхом підсумовування всіх відповідей, що збігаються з ключем, і відповідей «може бути» (+1) і врахування з цієї суми всіх відповідей «не знаю» (–1 бал).

Чим вище «сира» оцінка людини, що випробовує позитивні почуття по відношенню до себе, тим більш творчою особистістю, допитливою, з уявою, здатної піти на ризик і розібратися в складних проблемах, він є; всі вище зазначені особистісні фактори тісно пов'язані з творчими здібностями.

Можуть бути отримані оцінки по кожному фактору тесту окремо, а також сумарна оцінка. Оцінки за факторами і сумарна оцінка краще демонструють сильні (висока «сира» оцінка) і слабкі (низька «сира» оцінка) сторони особистості.

Контрольні запитання

1. Що притаманно людям з вираженою допитливістю?
2. Охарактеризуйте людину, яка має багату уяву.
3. Чим характеризується суб'єкт, в якого виражена така особливість, як складність?
4. В чому проявляється схильність до ризику?
5. Для чого розроблений даний опитувальник?

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Системологія на транспорті. Ергономіка : у 5 кн. / [Е. В. Гаврилов, М. Ф. Дмитриченко, В. К. Доля та ін.] ; під ред. М. Ф. Дмитриченка. – Київ : Знання України, 2008. – книга 5 – 256 с.
2. Давідіч Ю. О. Ергономічне забезпечення транспортних процесів : навч. посіб. / Ю. О. Давідіч, Є. І. Куш, Д. П. Понкратов. – Харків : ХНАМГ, 2011. – 392 с.
3. Гюлев Н. У. Особливості ергономіки та психофізіології в діяльності водія : навч. посіб. / Н. У. Гюлев. – Харків : ХНАМГ, 2012. – 185 с.
4. Физиология человека : учебник / под ред. В. М. Покровского, Г. Ф. Коротько. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Медицина, 2007. – 656 с.
5. Виноградов М. И. Физиология трудовых процессов / М. И. Виноградов. – Москва : Медицина, 1966. – 367с.
6. Данилова Н. Н. Психофизиологическая диагностика функциональных состояний : учеб. пособие / Н. Н. Данилова. – Москва : МГУ, 1992. – 192 с.
7. Вайнштейн Х. И. Утомление / Х. И. Вайнштейн. – Челябинск : Южн.-Уральское кн. изд., 1967. – 191 с.

Навчальне видання

Методичні вказівки
до виконання практичних занять
та самостійної роботи з навчальної дисципліни

«ВЛАСТИВОСТІ ЕРГОНОМІЧНИХ СИСТЕМ»

*(для студентів першого курсу денної і заочної
форм навчання освітнього рівня «бакалавр» спеціальності
275 – Транспортні технології)*

Укладачі: **ФАЛЕЦЬКА** Галина Іванівна,
АФАНАСЬЄВА Іветта Анатоліївна

Відповідальний за випуск *В. К. Доля*

За авторською редакцією

Комп'ютерне верстання *К. А. Алексанян*

План 2016 , поз. 191М

Підп. до друку 29.10.2016
Друк на різнографі
Зам. №

Формат 60 x 84/16
Ум. друк. арк. 3,0
Тираж 50 пр.

Виконавець і виготовлювач:
Харківський національний університет
міського господарства імені О. М. Бекетова,
вул. Маршала Бажанова, 17, Харків, 61002
Електронна адреса: rectorat@kname.edu.ua
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи:
ДК 5328 від 11.04.2017 р.